
叶兴阳
双语音标有声读物
叶兴阳
注音阅读英语教育之父
双语音标阅读创始人
English
注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者： *叶兴阳*

内容来源： *公共领域英文原著*

适用对象： *英语学习者、教师、研究者*

版本日期： *2025 年*

目录

共 4 个章节

1. 食疗：关于食物及其药用价(food Remedies Facts About Foods And Their) 000001

2. 食疗：关于食物及其药用价(food Remedies Facts About Foods And Their) 000002

3. 食疗：关于食物及其药用价(food Remedies Facts About Foods And Their) 000003

4. 食疗：关于食物及其药用价(food Remedies Facts About Foods And Their) 000004

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

[[ˌpiː ˈdʒiː][ai]]
[Pg i]
[页 我]

[第 i 页]

[fu:d] [ˈreməۘdiz]
FOOD REMEDIES
食物 补救措施

食疗

[ˈhelθi] [laɪf] [ˈbuklits]
HEALTHY LIFE BOOKLETS
健康 生活 小册子

健康生活手册

[nəʊ] . [ˌtuːˈtuː] .
No . 2 .
不 . 2 .

2号。

[[ˌpiː ˈdʒiː][ˌaɪ ˈaɪ]]
[Pg ii]
[页 二、]

[第 ii 页]

[ˈhelθi] [laɪf] [ˈbuklits]
HEALTHY LIFE BOOKLETS
健康 生活 小册子

健康生活手册

[nəʊ] . [wʌn] .
No . 1 .
不 . 1 .

第一名。

[ðə; ði] [liːg] [əˈgenst] [helθ] .
The League against Health .
这 联盟 反对 健康 .

反健康联盟。

[baɪ] [ˈɑːnəld] - , [biː] . [ˌɛsˈsiː] . , [ˌpiː ˈeɪtʃ] . [diː] .
By Arnold Eiloart , B . Sc . , Ph . D .
经过 阿诺德 - , B . Sc . , 菲尔 . D .

作者：阿诺德·埃洛阿特，理学士，哲学博士

[nəʊ] . [ˌtuːˈtuː] . [fu:d] [ˈreməۘdiz] .
No . 2 . Food Remedies .
不 . 2 . 食物 补救措施 .

第二，食疗。

[baɪ] [ˈflɒrəns] [ˈdænjəl] .
By Florence Daniel .
经过 佛罗伦萨 丹尼尔 .

作者：弗洛伦斯·丹尼尔。

['redi] [ɪn][sep'tembə(r)] , - .
Ready in September , 1908 .
准备好 在 九月 , - .

1908年9月完成。

[nəʊ] . [θriː] .
No . 3 .
不 . 3 .

3号。

[ɪn'sted] [ɒv; əv] [drʌgz] .
Instead of Drugs .
反而 的 药物 .

而不是毒品。

[baɪ] ['ɑːnəld] - , [biː] . [ˌɛs'siː] . , [ˌpiː 'eɪtʃ] . [diː] .
By Arnold Eiloart , B . Sc . , Ph . D .
经过 阿诺德 - , B . Sc . , 菲尔 . D .

作者：阿诺德·埃洛阿特，理学士，哲学博士

[nəʊ] . [fɔːr] .
No . 4 .
不 . 4 .

4号。

['helθi] [laɪf] [kʊk] [bʊk] .
Healthy Life Cook Book .
健康 生活 厨师 书 .

健康生活食谱。

[baɪ] ['flɒrəns] ['dænjəl] .
By Florence Daniel .
经过 佛罗伦萨 丹尼尔 .

作者：弗洛伦斯·丹尼尔。

['redi] [ɪn][dɪ'sembə(r)] , - .
Ready in December , 1908 .
准备好 在 十二月 , - .

1908年12月完成。

[nəʊ] . [faɪv] .
No . 5 .
不 . 5 .

5号。

[maɪnd] ['vɜːsəs] ['medsn; 'medɪsn] .
Mind versus Medicine .
头脑 相对 药品 .

心理与医学。

[baɪ] ['ɑːnəld] - , [biː] . [ˌɛs'siː] . , [ˌpiː 'eɪtʃ] . [diː] .
By Arnold Eiloart , B . Sc . , Ph . D .
经过 阿诺德 - , B . Sc . , 菲尔 . D .

作者：阿诺德·埃洛阿特，理学士，哲学博士

[nəʊ] . [sɪks] .
No . 6 .
不 . 6 .

6号。

[dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)] .
Distilled Water .
蒸馏 水 .

蒸馏水。

[baɪ] ['flɒrəns] ['dænjəl] .
By Florence Daniel .
经过 佛罗伦萨 丹尼尔 .

作者：弗洛伦斯·丹尼尔。

[[ˌpiː 'dʒiː][θriː]]
[Pg iii]
[页 三、]

[第 iii 页]

[fuːd] ['remədiz]
FOOD REMEDIES
食物 补救措施

食疗

[fækts] [ə'baʊt] [fuːdz] [ænd; ənd] [ðeə(r)] [mə'dɪsɪnl] ['juːzɪz; 'juːsɪz]
FACTS ABOUT FOODS AND THEIR MEDICINAL USES
事实 关于 食物 和 他们的 药用 用途

关于食物及其药用价值的事实

[baɪ]
BY
经过

经过

['flɒrəns] ['dænjəl]
FLORENCE DANIEL
佛罗伦萨 丹尼尔

弗洛伦斯·丹尼尔

['lʌndən]
LONDON
伦敦

伦敦

[siː] . ['dʌbljuː] . ['dænjəl]
C . W . DANIEL
C . W . 丹尼尔

CW 丹尼尔

- ['kɜːrsɪtər] [striːt] , [iː] . [siː] . -
11 CURSITOR STREET , E . C . 1908
- 巡视员 街道 , E . C . -

11 Cursitor Street, EC1908

[[ˌpiː 'dʒiː][viː]]
[Pg v]
[页 v]

[第 v 页]

['prefəs]
PREFACE
前言

前言

[ðeə(r)] [ɪz] [ə; eɪ] ['sentəns] [ɪn] [ðə; ði] ['tælmʊd] [tuː; tə] [ðə; ði] [ɪ'fekt] [ðæt] [ðə; ði] ['kɪŋdəm] [ɒv; əv] [gɒd] [ɪz]
There is a sentence in the Talmud to the effect that the Kingdom of God is
那里 是 一个 句子 在 这 《塔木德》 到 这 影响 那 这 王国 的 上帝 是
[naɪ] [wen] [ðə; ði] ['tiːtʃə(r)] [gɪvz] [ðə; ði] [neɪm] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['ɔːθə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n] [ðæt]
nigh when the teacher gives the name of the author of the information that
夜 什么时候 这 老师 给予 这 姓名 的 这 作者 的 这 信息 那
[hiː; hi] [ɪz] ['pɑːsɪŋ] [ɒn] .
he is passing on .
他 是 通过 在 .

《塔木德》中有一句话，大意是当老师说出他所传授的信息的作者的名字时，上帝的国度就近了。

[wɪð] ['evri] [dɪ'zaɪə(r)] [tuː; tə] [fʊl'fɪl] [ðə; ði] [rə'bɪnɪkl] ['priːsept] [ænd; ənd] [ək'nɒlɪdʒ] [ðə; ði] ['sɔːsɪz]
With every desire to fulfil the rabbinical precept and acknowledge the sources
和 每一个 欲望 到 实现 这 拉比的 戒律 和 承认 这 来源
[ɒv; əv] [ðɪs] ['bʊklət] ,
of this booklet ,
的 这 小册子 ,

我怀着极大的愿望，想要遵从拉比的教诲，并承认这本小册子的出处，

[ai] [faɪnd] [maɪ'self] [ɪn] [ə; eɪ] ['kwɒndəri] .
I find myself in a quandary .
我 寻找 我 在 一个 困惑 .

我陷入了困境。

[ɪf] [ai] [meɪk] [maɪ] [ɐkn'ɒlɪdʒmənts] ['djuːli] [ai] [mʌst; məst] [bɪ'gɪn] [wɪð] [maɪ] ['grænmʌðə(r)] [ænd; ənd]
If I make my acknowledgments duly I must begin with my grandmother and
如果 我 制作 我的 致谢 正式地 我 必须 开始 和 我的 祖母 和
- ['hɜːb(ə)l] .
Culpeper's Herbal .
- 草药 .

如果我要如实表达我的谢意，就必须从我的祖母和卡尔佩珀的《草药志》开始。

['fɒləʊɪŋ] [ə'pɒn] [ðəʊz] [kʌm] [ðə; ði] [rɪ'zʌlts] [ɒv; əv] [maɪ] [əʊn] [ænd; ənd] [frendz] - ['præktɪkl] [ɪk'spɪəriəns]
Following upon those come the results of my own and friends ' practical experience
下列的 之上 那些 来 这 结果 的 我的 自己的 和 朋友们 - 实际的 经验
.
:
.

接下来是我自己和朋友们的实践经验结果。

['ɑːftə(r)] [ðɪs] [ai] [ʃʊd; ʃəd] , [pə'hæps] ,
After this I should , perhaps ,
后 这 我 应该 , 也许 ,

此后我或许应该......

[gɪv] [ə; eɪ] [lɪst] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˌpɪri'ɑːdɪkəlz] [frɒm; frəm] [huːz] ['peɪdʒɪz] [ai] [hæv; həv] [kʌld] [mʌtʃ] ['helpf(ə)l]
give a list of the periodicals from whose pages I have culled much helpful
给 一个 列表 的 这 期刊 从 谁 页面 我 有 已筛选 很多 有帮助
[ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n] .
information .
信息 .

请列出我从中搜集到许多有用信息的期刊。

[bʌt; bət]
But
但

但

[[ˌpiː 'dʒiː] ['sɪksθ]]
[Pg vi]
[页 六]

[第 vi 页]

[æz; əz] [speɪs] [ænd; ənd] ['meməri] [prɪ'kluːd] [ˌɪndɪ'vɪdʒuəl] ['menʃ(ə)n] [ai] [mʌst; məst] ['kɒntent] [maɪ'self] [wɪð]
as space and memory preclude individual mention I must content myself with
作为 空间 和 记忆 排除 个人 提到 我 必须 内容 我 和
[ðɪs] ['dʒen(ə)rəl] [ək'nɒlɪdʒmənt] .
this general acknowledgment .
这 一般的 致谢 .

由于篇幅和篇幅有限，我无法一一提及，只能在此作一般性致谢。

['lɑːstli] , [ai] [dɪ'zaɪə(r)] [tuː; tə] ['rekɔːd; rɪ'kɔːd] [maɪ] [θæŋks] [tuː; tə] ['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] , [huːz] [miːlz]
Lastly , I desire to record my thanks to Dr . Fernie , whose Meals
最后 , 我 欲望 到 记录 我的 谢谢 到 博士 . 弗尼 , 谁 餐
[mə'dɪsɪnl] ,
Medicinal ,
药用 ,

最后，我要感谢费尔尼博士，他的"药用膳食"

[ə; eɪ] [lɑːdʒ] [ænd; ənd] [ɪg'zɔːstɪv] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv] [fækts] [ə'baʊt] [fuːd] , [hæz; həz] [ə'fɔːd; ə'fɔrd] [nɒt]
a large and exhaustive collection of facts about food , has afforded not
一个 大的 和 详尽的 收藏 的 事实 关于 食物 , 有 提供 不是
[ðə; ði] [liːst] ['væljuəb(ə)l] [ə'sɪstəns] .
the least valuable assistance .
这 至少 有价值的 协助 .

大量详尽的食物相关资料提供了非常有价值的帮助。

[ef] . [diː] .
F . D .
F . D .

FD

[[ˌpiː 'dʒiː] [sevn]]
[Pg vii]
[页 七]

[第 vii 页]

['kɒntents]
CONTENTS
内容

内容

['prefəs] .
PREFACE .
前言 .

前言。

[pɑːt] [wʌn] . — [ˌɪntrə'dʌktəri]
PART 1 . — INTRODUCTORY
部分 1 . — 引言

第一部分——引言

[waɪl] [ðeə(r)] [ɪz] [fruːt] [ðeə(r)] [ɪz] [həʊp]
While there is Fruit there is Hope
尽管 那里 是 水果 那里 是 希望

只要有果实，就有希望

[fruːt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [tiːθ]
Fruit and the Teeth
水果 和 这 牙齿

水果和牙齿

[fruːt] [ɪz] [fuːd]
Fruit is Food
水果 是 食物

水果是食物

[əb'dʒekʃnz] [tuː; tə] [fruːt]
Objections to Fruit
反对意见 到 水果

对水果的反对

[ə; eɪ][ˌpaɪə'nɪə(r)][ɒv; əv] [fuːd] ['remədiz]
A Pioneer of Food Remedies
一个 先锋 的 食物 补救措施

食疗先驱

[ðə; ði]['sɪmp(ə)l] [laɪf]
The Simple Life
这 简单的 生活

简单的生活

[fruːt] [ɔː(r)] ['fɑːstɪŋ]
Fruit or Fasting
水果 或者 禁食

水果还是禁食

[ə'kjuːt] ['ɪlnəs]
Acute Illness
急性 疾病

急性疾病

[pɑːt] [ˌaɪ 'aɪ] . — [fuːdz] [ænd; ənd] [ðeə(r)] [mə'dɪsɪnl] ['juːzɪz; 'juːsɪz]
PART II . — FOODS AND THEIR MEDICINAL USES
部分 二 . — 食物 和 他们的 药用 用途

第二部分——食物及其药用价值

['ɑːmənd]
Almond
杏仁

杏仁

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

[ə'spærəgəs]
Asparagus
芦笋

芦笋

[bə'nɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

['bɑːli]
Barley
大麦

大麦

['blækbəri]
Blackberry
黑莓

黑莓

[blæk] ['kʌrənt]
Black Currant
黑色的 黑醋栗

黑醋栗

[brə'zɪl] [nʌts]
Brazil Nuts
巴西 坚果

巴西坚果

[biːnz] , ['piːz] , [ænd; ənd] ['lentəlz]
Beans , Peas , and Lentils
豆子 , 豌豆 , 和 扁豆

豆类、豌豆和扁豆

[biːt]
Beet
甜菜

甜菜

['kæbɪdʒ]
Cabbage
卷心菜

卷心菜

['kærəweɪ] [siːd]
Caraway Seed
葛缕子 种子

葛缕子籽

['kærət]
Carrot
胡萝卜

胡萝卜

['seləri]
Celery
芹菜

芹菜

[kres]
Cresses
豆瓣菜

豆瓣菜

['tʃesnʌt]
Chestnut
板栗

板栗

['sɪnəmən]
Cinnamon
肉桂

肉桂

['kəʊkə,nʌt]
Cocoanut
椰子

椰子

['kɒfi]
Coffee
咖啡

咖啡

[deɪt]
Date
日期

日期

['eldəberi]
Elderberry
接骨木

接骨木

[fɪg]
Fig
如图

如图

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

['gʊzbəri]
Gooseberry
醋栗

醋栗

['lævəndə(r)]
Lavender
薰衣草

薰衣草

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

['letɪs]
Lettuce
莴苣

莴苣

['net(ə)l]
Nettle
荨麻

荨麻

[nʌts]
Nuts
坚果

坚果

[əʊt]
Oat
燕麦

燕麦

['ɒlɪv]
Olive
橄榄

橄榄

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

['ɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

['pɑːsli]
Parsley
香菜

香菜

[peə(r)]
Pear
梨

梨

[piː] [nʌt]
Pea Nut
豌豆 坚果

豌豆坚果

[paɪn] - ['æp(ə)l]
Pine - Apple
松树 - 苹果

菠萝

[paɪn]['kɜːn(ə)l]
Pine Kernel
松树 核心

松子

[plʌm] , [pruːn]
Plum , Prune
李子 , 修剪

李子，西梅

[pə'teɪtoʊ]
Potatoe
土豆

土豆

['rædɪʃ]
Radish
萝卜

萝卜

['rɑːzbəri]
Raspberry
覆盆子

覆盆子

[raɪs]
Rice
米

米

['ruːbɑːb]
Rhubarb
大黄

大黄

[seɪdʒ]
Sage
圣人

圣人

['strɔːbəri]
Strawberry
草莓

草莓

['spɪnɪtʃ]
Spinach
菠菜

菠菜

[tə'mɑːtəʊ]
Tomato
番茄

番茄

['tɜːnɪp]
Turnip
芜菁

芜菁

[taɪm]
Thyme
百里香

百里香

['wɔːlnʌts]
Walnuts
核桃

核桃

[wiːt]
Wheat
小麦

小麦

[pɑːt] [θriː] . — ['ɪndɪsiːz]
PART III . — INDICES
部分 三、 . — 指数

第三部分——索引

['ɪndeks][tuː; tə] [dɪ'ziːzɪz] [ænd; ənd] ['remədiz]
Index to Diseases and Remedies
指数 到 疾病 和 补救措施

疾病与疗法索引

['ɪndeks][tuː; tə] [prɪ'skrɪpʃən] [ænd; ənd] ['resəpɪz]
Index to Prescriptions and Recipes
指数 到 处方 和 食谱

处方和食谱索引

['ɪndeks] — [ˌmɪsə'leɪniəs]
Index — Miscellaneous
指数 — 各种各样的

索引—杂项

[ˌædvər'taɪzmənt]
ADVERTISEMENTS
广告

广告

[[ˌpiː 'dʒiː][wʌn]]
[Pg 1]
[页 1]

[第1页]

[fuːd] ['remədiz]
FOOD REMEDIES
食物 补救措施

食疗

[pɑːt] [ai] . — [ˌɪntrə'dʌktəri]
Part I . — introductory
部分 我 . — 引言

第一部分——引言

[waɪl] [ðeə(r)] [ɪz] [fruːt] [ðeə(r)] [ɪz] [həʊp] .
While there is Fruit there is hope .
尽管 那里 是 水果 那里 是 希望 .

只要还有果实，就有希望。

[waɪl] [ðeə(r)] [ɪz] [laɪf] — [ænd; ənd] [fruːt] — [ðeə(r)] [ɪz] [həʊp] .
While there is life — and fruit — there is hope .
尽管 那里 是 生活 — 和 水果 — 那里 是 希望 .

只要生命尚存，果实尚存，希望就依然存在。

[wen] [ðɪs] [truːθ] [ɪz] ['riːəlaɪz] [baɪ] [ðə; ði] ['leɪəti] [naɪn] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['naɪnti] - [naɪn] [aʊt] [ɒv; əv]
When this truth is realised by the laity nine hundred and ninety - nine out of
什么时候 这 真相 是 意识到 经过 这 俗人 九 百 和 九十 - 九 出去 的
['evri] ['θaʊz(ə)nd] [prə'fesər] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['hiːlɪŋ] [ɑːt] [wɪl] [biː; bi] [ə'blaɪdʒd] [tuː; tə] [ə'bændən] [ðeə(r)]
every thousand professors of the healing art will be obliged to abandon their
每一个 千 教授们 的 这 康复 艺术 将要 是 有义务 到 放弃 他们的
[prə'feʃn] [ænd; ənd] [teɪk] [tuː; tə] [fruːt] - ['grəʊɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] ['lɪvɪŋ] .
profession and take to fruit - growing for a living .
职业 和 拿 到 水果 - 生长 为了 一个 活的 .

当普通民众认识到这个真理时，每1000名医术教授中将有999人被迫放弃他们的职业，转而以种植水果为生。

['meni] ['piːp(ə)l] [hæv; həv] [hɜːd] ['veɪgli] [ɒv; əv] [ðə; ði] " [greɪp] [kjʊə(r)] " [fɔː(r); fə(r)] [dɪ'ziːzɪz] [ə'raɪzɪŋ]
Many people have heard vaguely of the " grape cure " for diseases arising
许多 人们 有 听到 依稀 的 这 " 葡萄 治愈 " 为了 疾病 产生
[frɒm; frəm] ['əʊvə(r)] - ['fiːdɪŋ] ,
from over - feeding ,
从 超过 - 喂养 ,

很多人都隐约听说过用“葡萄疗法”来治疗因过度喂养引起的疾病，

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['lemən] [kjʊə(r)] [fɔː(r); fə(r)] ['ruːmətɪzəm] , [bʌt; bət] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [məʊst] [pɑːt] [ðiːz] "
and the lemon cure for rheumatism , but for the most part these "
和 这 柠檬 治愈 为了 风湿病 , 但 为了 这 最多 部分 这些 "
[kj'ɔːz] " [rɪ'meɪn] [mɪə(r)] [nems] .
cures " remain mere names .
治愈 " 保持 仅仅 姓名 .

还有用柠檬治疗风湿病的说法，但大多数情况下，这些“疗法”仍然只是徒有虚名。

[ˌnevəðə'les] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['ɔːlməʊst] [ɪn'kredəb(ə)l] [tuː; tə] [ðə; ði] [ˌʌnɪ'nɪʃieɪtɪd] [wɒt] [meɪ] [biː; bi] [ə'kʌmplɪʃt]
Nevertheless it is almost incredible to the uninitiated what may be accomplished
尽管如此 它 是 几乎 极好的 到 这 新手 什么 可能 是 完成
[baɪ] [ðə; ði] [ə'bændənmənt] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [taɪm] [ɒv; əv] ['evri] [kaɪnd] [ɒv; əv] [fuːd] [ɪn] ['feɪvə(r)] [ɒv; əv] [fruːt] .
by the abandonment for a time of every kind of food in favour of fruit .
经过 这 放弃 为了 一个 时间 的 每一个 种类 的 食物 在 偏爱 的 水果 .

然而，对于不了解内情的人来说，暂时放弃所有种类的食物而只吃水果所能取得的成就几乎是难以置信的。

[ɒv; əv] [kɔːs] , [sʌtʃ] [ə; eɪ] [prə'siːdɪŋ] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] ['entəd] [ə'pɒn] [ɪn] [ə; eɪ] ['keələs] [ɔː(r)]
Of course , such a proceeding should not be entered upon in a careless or
的 课程 , 这样的 一个 进行中 应该 不是 是 进入 之上 在 一个 粗心 或者
['rændəm]
random
随机的

当然，这样的诉讼程序不应草率或随意进行。

['fæʃ(ə)n] .
fashion .
时尚 .

时尚。

[tuː] ['sʌd(ə)n] ['tʃeɪndʒɪz] [ɒv; əv] ['hæbɪt] [ɑː(r); ə(r)] [æpt] [tuː; tə] [biː; bi] [ə'tendɪd] [wɪð] [dɪs'tɜːrbəns] [ðæt] [dɪs'kʌrɪdʒ] [ðə; ði] ['peɪʃ(ə)nt] ,
Too sudden changes of habit are apt to be attended with disturbances that discourage the patient ,
也 突然 变化 的 习惯 是 易于 到 是 参加 和 干扰 那 阻碍 这 病人 ，

习惯的突然改变往往会带来一些干扰，使患者感到沮丧。

[ænd; ənd] [kɔːz] [hɪm] [tuː; tə] [luːz] ['peɪʃ(ə)ns] [ænd; ənd] [ə'bændən] [ðə; ði] ['triːtmənt] [wɪ'ðaʊt] ['gɪvɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ə; eɪ] [feə(r)] ['traɪəl] .
and cause him to lose patience and abandon the treatment without giving it a fair trial .
和 原因 他 到 失去 耐心 和 放弃 这 治疗 没有 给予 它 一个 公平的 审判 .

并导致他失去耐心，在没有进行公平尝试的情况下放弃治疗。

[ɪn] ['kʌntriz] [weə(r)] [ðə; ði] " [greɪp] [kjʊə(r)] " [ɪz] ['præktɪst] [ðə; ði] ['peɪʃ(ə)nt] [stɑːrts] [baɪ] ['teɪkɪŋ] [wʌn] [paʊnd] [ɒv; əv] [greɪps] [iːtʃ] [deɪ] ,
In countries where the " grape cure " is practised the patient starts by taking one pound of grapes each day ,
在 国家 在哪里 这 " 葡萄 治愈 " 是 已实践 这 病人 开始 经过 采取 一 磅 的 葡萄 每个 天 ，

在实行“葡萄疗法”的国家，患者一开始每天要吃一磅葡萄。

[wɪtʃ] ['kwɒntəti] [ɪz] ['grædʒuəli] [ɪn'kriːst] [ʌn'tɪl] [hiː; hi] [kæn; kən] [kən'sjuːm] [sɪks] [paʊndz] .
which quantity is gradually increased until he can consume six pounds .
哪个 数量 是 逐步地 增加 直到 他 能 消耗 六 磅 .

逐渐增加摄入量，直到他能吃下六磅。

[æz; əz] [ðə; ði] ['kwɒntəti] [ɒv; əv] [greɪps] [ɪz] [ɪn'kriːst] [ðæt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['ɔːd(ə)n(ə)ri] [fuːd] [ɪz] [dɪ'kriːst] ,
As the quantity of grapes is increased that of the ordinary food is decreased ,
作为 这 数量 的 葡萄 是 增加 那 的 这 普通的 食物 是 减少 ，

随着葡萄产量的增加，普通食物的产量则相应减少。

[ʌn'tɪl] [æt; ət] [lɑːst] [ðə; ði] ['peɪʃ(ə)nt] [laɪvz; lɪvz] [ɒn] ['nʌθɪŋ] [bʌt; bət] [greɪps] . [[wʌn]] [ai] [hæv; həv] [nɒt] ['vɪzɪtɪd] [ə; eɪ] " [greɪp] [kjʊə(r)] " ['sentə(r)] [ɪn] ['pɜːs(ə)n] ,
until at last the patient lives on nothing but grapes . [1] I have not visited a " grape cure " centre in person ,
直到 在 最后的 这 病人 生活 在 没有什么 但 葡萄 . [1] 我 有 不是 到访 一个 " 葡萄 治愈 " 中心 在 人 ，

直到最后，病人只靠葡萄生活。[1] 我本人没有亲自去过“葡萄疗法”中心，

[bʌt; bət] [ai] [hæv; həv] [riːd] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [nɒt] ['əʊnli] [p'ɜːsənz] ['sʌfərɪŋ] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [ɪ'fekts] [ɒv; əv] ['əʊvə(r)] - ['fiːdɪŋ] [huː] [faɪnd] [sæl'veɪʃ(ə)n] [ɪn] [ðə; ði] " [greɪp] [kjʊə(r)] ,
but I have read that it is not only persons suffering from the effects of over - feeding who find salvation in the " grape cure ,
但 我 有 读 那 它 是 不是 仅有的 人 痛苦 从 这 效果 的 超过 - 喂养 WHO 寻找 救恩 在 这 " 葡萄 治愈 ，

但我读到过，并非只有因过度喂养而患病的人才能从“葡萄疗法”中获得解脱。

" [bʌt; bət] [ðæt] [kən'sʌmptɪv] ['peɪʃ(ə)nts] [θraɪv] [ænd; ənd] ['iːv(ə)n] [pʊt] [ɒn] [weɪt] ['ʌndə(r)] [ˌaɪ 'tiː] .
" but that consumptive patients thrive and even put on weight under it .
" 但 那 消耗性的 患者 蓬勃发展 和 甚至 放 在 重量 在下面 它 .

但肺痨患者却能茁壮成长，甚至体重增加。

[ðə; ði] ['herəld] [ɒv; əv] [helθ] ['steɪtɪd] , [sʌm; səm] [fjuː] [j'iəz] [bæk] ,
The Herald of Health stated , some few years back ,
这 先驱报 的 健康 声明 , 一些 很少 年 后退 ,

《健康先驱报》几年前曾报道：

[ðæt] [ɪn] [ðə; ði] [saʊθ] [ɒv; əv] [frɑːns] [weə(r)] [ðə; ði] " [greɪp] [kjʊə(r)] " [ɪz]
that in the South of France where the " grape cure " is
那 在 这 南 的 法国 在哪里 这 " 葡萄 治愈 " 是

在法国南部，有一种叫做"葡萄疗法"的疗法。

[[ˌpiː ˈdʒiː] [θriː]]
[Pg 3]
[页 3]

[第3页]

['præktɪst] [kən'sʌmptɪv] ['peɪʃ(ə)nts] [ɑː(r); ə(r)] [fed] [ɒn] [greɪps] [ə'ləʊn] ,
practised consumptive patients are fed on grapes alone ,
已实践 消耗性的 患者 是 美联储 在 葡萄 独自的 ,

接受过专门训练的肺结核患者只吃葡萄。

[ænd; ənd] [bɪ'kʌm] [kwaɪt] [strɒŋ] [ænd; ənd] [wel] [ɪn] [ə; eɪ] [jɪə(r)] [ɔː(r)] [tuː] .
and become quite strong and well in a year or two .
和 变得 相当 强的 和 出色地 在 一个 年 或者 二 .

一两年后就会变得非常强壮健康。

[ænd; ənd] [ai] [hæv; həv] [maɪ'self] [nəʊn] ['wʌndəf(ə)l] [kj'ɔːz] [tuː; tə] ['fɒləʊ] [ɒn] [ðə; ði] [ə'dɒpʃn] [ɒv; əv] [ə; eɪ]
And I have myself known wonderful cures to follow on the adoption of a
和 我 有 我 已知 精彩的 治愈 到 跟随 在 这 采用 的 一个
[fruː'teəriən] ['daɪətəri] [ɪn] [keɪsɪz] [ɒv; əv] ['kænsə(r)] ,
fruitarian dietary in cases of cancer ,
果食主义者 饮食 在 案例 的 癌症 ,

我自己也亲眼见过一些癌症患者在采用纯素食饮食后，病情得到显著好转。

['tjuːmə(r)] , [gaʊt] , ['eksmə; 'eksɪmə] , [ɔːl] [kaɪndz] [ɒv; əv] [ɪn'flæmət(ə)ri] [kəm'pleɪnts] , [ænd; ənd] [wuːndz]
tumour , gout , eczema , all kinds of inflammatory complaints , and wounds
瘤 , 痛风 , 湿疹 , 全部 种类 的 炎症 投诉 , 和 伤口
[ðæt] [rɪ'fjuːzd] [tuː; tə] [hiːl] .
that refused to heal .
那 拒绝 到 愈合 .

肿瘤、痛风、湿疹、各种炎症性疾病以及久治不愈的伤口。

[eɪtʃ] . - , [em] . [biː] . , ['raɪtɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['herəld] [ɒv; əv] [helθ] , [sez] : " ['gærəd] , [ðə; ði]
H . Benjafield , M . B . , writing in the Herald of Health , says : " Garrod , the
H . - , M . B . , 写作 在 这 先驱报 的 健康 , 说道 : " 加罗德 , 这
[greɪt] ['lʌndən] [ɔː'θɒrəti] [ɒn] [gaʊt] ,
great London authority on gout ,
伟大的 伦敦 权威 在 痛风 ,

H. Benjafield，医学博士，在《健康先驱报》上撰文称："加罗德，伦敦痛风权威专家，

[əd'vaɪzɪz] [hɪz; ɪz] ['peɪʃ(ə)nts] [tuː; tə] [teɪk] ['ɒrɪndʒɪz] , ['lemənz] , ['strɔːb(ə)riz] , [greɪps] , ['æplz] , [peəz] ,
advises his patients to take oranges , lemons , strawberries , grapes , apples , pears ,
建议 他的 患者 到 拿 橙子 , 柠檬 , 草莓 , 葡萄 , 苹果 , 梨 ,
[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
etc .
ETC .

他建议病人多吃橙子、柠檬、草莓、葡萄、苹果、梨等水果。

['tɑːrˌdjuː] , [ðə; ði] [greɪt] [frentʃ] [ɔː'θɒrəti] ,
Tardieu , the great French authority ,
塔迪厄 , 这 伟大的 法语 权威 ,

法国权威塔尔迪厄

[mein'tein] [ðæt] [ðə; ði] [sɔːlts; sɒlts] [ɒv; əv] ['pɒtæʃ] [faʊnd] [səʊ] ['plentɪfəli] [ɪn] [fruːts] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] [tʃiːf]
maintains that the salts of potash found so plentifully in fruits are the chief
保持 那 这 盐 的 钾肥 成立 所以 大量 在 水果 是 这 首席
['eɪdʒənts] [ɪn] ['pjʊrɪfaɪɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [frɒm; frəm] [ðiːz] [ru'mætɪk] [ænd; ənd] ['gaʊti] ['pɔɪznz] . . . .
agents in purifying the blood from these rheumatic and gouty poisons . . . .
代理人 在 净化 这 血 从 这些 风湿病 和 痛风 毒药 . . . .

他认为，水果中含量丰富的钾盐是清除血液中风湿病和痛风毒素的主要成分……

['dɑːktər; draɪv] . ['bʌzəd] [əd'vaɪzɪz] [ðə; ði] [skɔː'bjuːtɪk] [tuː; tə] [teɪk] [fruːt] ['mɔːnɪŋ] , [nuːn] , [ænd; ənd]
Dr . Buzzard advises the scorbutic to take fruit morning , noon , and
博士 . 秃鹰 建议 这 坏血病 到 拿 水果 早晨 , 中午 , 和
[naɪt] .
night .
夜晚 .

巴扎德医生建议坏血病患者早、中、晚各吃一次水果。

[freʃ] ['lemən] [dʒuːs] [ɪn] [ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [ˌlemə'neɪd] [ɪz] [tuː; tə] [biː; bi] [hɪz; ɪz] ['ɔːd(ə)n(ə)ri] [drɪŋk] ;
Fresh lemon juice in the form of lemonade is to be his ordinary drink ;
新鲜的 柠檬 汁 在 这 形式 的 柠檬水 是 到 是 他的 普通的 喝 ;

鲜榨柠檬汁做成的柠檬水是他日常饮用的饮料；

[ðə; ði] [ɪg'zɪstəns] [ɒv; əv] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [nəʊ] ['riːz(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] [wɪð'həʊldɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] .
the existence of diarrhœa should be no reason for withholding it .
这 存在 的 腹泻 应该 是 不 原因 为了 扣留 它 .

腹泻的存在不应成为拒绝给药的理由。

" [ðə; ði] ['raɪtə(r)] [gəʊz] [ɒn] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðæt] ['hedeɪk] , [ˌɪndɪ'dʒestʃən] ,
" The writer goes on to show that headache , indigestion ,
" 这 作家 去 在 到 展示 那 头痛 , 消化不良 ,

作者接着指出，头痛、消化不良、

[[ˌpiː 'dʒiː] [fɔːr]]
[Pg 4]
[页 4]

[第4页]

[ˌkɒnstɪ'peɪʃn] ,
constipation ,
便秘 ,

便秘，

[ænd; ənd] [ɔːl] ['ʌðə(r)] [kəm'pleɪnts] [ðæt] [rɪ'zʌlt] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['slʌgɪʃ] ['ækʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['baʊəlz]
and all other complaints that result from the sluggish action of bowels
和 全部 其他 投诉 那 结果 从 这 迟缓 行动 的 肠道
[ænd; ənd] ['lɪvə(r)] [kæn; kən] ['nevə(r)] [biː; bi] [kjʊəd] [baɪ] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [ˌɑːtɪ'fɪʃ(ə)l] [fruːt] [sɔːlts; sɒlts]
and liver can never be cured by the use of artificial fruit salts
和 肝 能 绝不 是 治愈 经过 这 使用 的 人造的 水果 盐
[ænd; ənd] [drʌgz] .
and drugs .
和 药物 .

所有其他因肠道和肝脏功能迟缓引起的疾病，都无法通过使用人工果盐和药物治愈。

[sɔːlts; sɒlts] [ænd; ənd] ['æsɪd] [æz; əz] [faʊnd] [ɪn] ['ɔːgənaɪzd] [fɔːmz] [ɑː(r); ə(r)] [kwaɪt] ['dɪfrənt] [ɪn] [ðeə(r)]
Salts and acids as found in organised forms are quite different in their
盐 和 酸 作为 成立 在 有组织的 表格 是 相当 不同的 在 他们的
[ɪ'fekts] [tuː; tə] [ðə; ði] ['prɒdʌkts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lə'bɒrətri] ,
effects to the products of the laboratory ,
效果 到 这 产品 的 这 实验室 ,

天然存在的盐和酸与实验室制备的产物在作用上有很大不同。

[ˌnɒtwɪθ'stændɪŋ] [ðæt] [ðə; ði] ['kemɪk(ə)l] [ˌkɒmpə'zɪʃ(ə)n] [meɪ] [biː; bi] [ʃəʊn] [tuː; tə] [biː; bi] [ðə; ði] [seɪm] .
notwithstanding that the chemical composition may be shown to be the same .
虽然 那 这 化学 作品 可能 是 所示 到 是 这 相同的 .

即使化学成分被证明是相同的。

[ðə; ði] ['kemɪst] [meɪ] [biː; bi] ['eɪb(ə)l] [tuː; tə] [ˌmænju'fæktʃə(r)] [ə; eɪ] " [fruːt] [dʒuːs] , " [bʌt; bət] [hiː; hi] ['kænɒt] ,
The chemist may be able to manufacture a " fruit juice , " but he cannot ,
这 化学家 可能 是 有能力的 到 生产 一个 " 水果 汁 , " 但 他 不能 ,

这位化学家或许能够制造出"果汁"，但他不能。

[æz; əz] [jet] , [ˌmænju'fæktʃə(r)] [ðə; ði] ['æktʃuəl] [fruːt] .
as yet , manufacture the actual fruit .
作为 然而 , 生产 这 实际的 水果 .

目前尚未生产出真正的水果。

[ðə; ði] [mɪ'stɪəriəs] [laɪf] [fɔːs] ['ɔːlweɪz] [i'veid] [hɪm] .
The mysterious life force always evades him .
这 神秘 生活 力量 总是 逃避 他 .

那神秘的生命力总是让他捉摸不透。

[fruːt] [ɪz] [ə; eɪ] ['vaɪt(ə)l] [fuːd] ,
Fruit is a vital food ,
水果 是 一个 必不可少的 食物 ,

水果是重要的食物，

[ˌaɪ 'tiː] [sə'plaɪz] [ðə; ði] ['bɒdi] [wɪð] ['sʌmθɪŋ] ['əʊvə(r)] [ænd; ənd] [ə'bʌv] [ðə; ði] [mɪə(r)] ['elɪmənts] [ðæt]
it supplies the body with something over and above the mere elements that
它 补给品 这 身体 和 某物 超过 和 多于 这 仅仅 元素 那
[ðə; ði] ['kemɪst] [sək'siːdz] [ɪn] ['aɪsəleɪtɪŋ] [baɪ] [ə'næləsɪs] .
the chemist succeeds in isolating by analysis .
这 化学家 成功 在 隔离 经过 分析 .

它为身体提供了化学家通过分析成功分离出来的元素之外的额外物质。

[ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)l] ['kɪŋdəm] [pə'zesɪz] [ðə; ði] ['paʊə(r)] [ɒv; əv] [də'rektli] ['juːtilaiz] ['mɪnərəlz] ,
The vegetable kingdom possesses the power of directly utilising minerals ,
这 蔬菜 王国 拥有 这 力量 的 直接地 利用 矿物 ,

植物界拥有直接利用矿物质的能力，

[ænd; ənd] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['əʊnli] [ɪn] [ðɪs] " [lɪv; laɪv] " [fɔːm] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [fɪt] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði]
and it is only in this " live " form that they are fit for the
和 它 是 仅有的 在 这 " 居住 " 形式 那 他们 是 合身 为了 这
[kən'sʌmpʃ(ə)n] [ɒv; əv] [mæn] .
consumption of man .
消耗 的 男人 .

只有以这种"鲜活"的形式，它们才适合人类食用。

[ɪn] [ðə; ði] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['səʊdiəm] ['klɔːraɪd] (['kɒmən] ['teɪb(ə)l] [sɔːlt]) , ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] ,
In the consumption of sodium chloride (common table salt) , baking powders ,
在 这 消耗 的 钠 氯化物 (常见的 桌子 盐) , 烘烤 粉末 ,

在食用氯化钠（普通食盐）、泡打粉方面，

[ænd; ənd] [ðə; ði] [həʊl] ['ɑːmi] [ɒv; əv] ['mɪnərəl] [drʌgz]
and the whole army of mineral drugs
和 这 所有的 军队 的 矿物 药物

以及所有矿物药物

[[ˌpiː 'dʒiː] [faɪv]]
[Pg 5]
[页 5]

[ænd; ənd] ['esnsɪz] ,
and essences ,
和 精华 ,

以及精华，

[wiː; wi]['vaɪəleɪt] [ðæt] [dɪ'kriː] [ɒv; əv]['neɪtʃə(r)] [wɪtʃ] [ɔː'dein] [ðæt] [ðə; ði]['ænɪm(ə)l] ['kɪŋdəm] [ʃæl; ʃəl] [fiːd]
we violate that decree of Nature which ordains that the animal kingdom shall feed
我们 违反 那 法令 的 自然 哪个 授职 那 这 动物 王国 将 喂养
[ə'pɒn][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)l][ænd; ənd][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)l][ə'pɒn][ðə; ði] ['mɪnərəl] .
upon the vegetable and the vegetable upon the mineral .
之上 这 蔬菜 和 这 蔬菜 之上 这 矿物 .

我们违背了自然法则，即动物界以植物为食，植物界以矿物为食。

['fʊtnəʊt] :
FOOTNOTE :
脚注 :

脚注：

[[wʌn]] [ðɪs] [wɒz; wəz][ðə; ði][ə'rɪdʒən(ə)l] ['triːtmənt] ; [naʊ] ['ʌðə(r)] [fuːd] [ɪz] ['ædɪd] ,
[1] This was the original treatment ; now other food is added ,
[1] 这 曾是 这 原来的 治疗 ; 现在 其他 食物 是 额外 ,

[1] 这是最初的治疗方法；现在还会添加其他食物，

[ɔːl'ðəʊ] ['eksələnt] [rɪ'zʌlts] [wɜː(r); wə(r)] [əb'teɪnd] ['ʌndə(r)][ðə; ði][əʊld] [reɪ'ʒiːm] .
although excellent results were obtained under the old régime .
虽然 出色的 结果 是 获得 在下面 这 老的 政权 .

尽管在旧制度下取得了优异的成绩。

[fruːt] [ænd; ənd][ðə; ði] [tiːθ] .
Fruit and the Teeth .
水果 和 这 牙齿 .

水果和牙齿。

[ai]['menʃ(ə)n][ðə; ði] [ə'bʌv] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] [əb'dʒekʃnz] [ðæt] [ai][hæv; həv] [hɜːd] ['saɪtɪd]
I mention the above because one of the objections that I have heard cited
我 提到 这 多于 因为 一 的 这 反对意见 那 我 有 听到 引用
[ə'genst] [ðə; ði] [friː] [juːz][ɒv; əv][fruːt] [ɪz] [ðæt] " [ðə; ði]['æsɪd] [ækt] [ɪn'dʒʊrɪəsli] [ə'pɒn][ðə; ði] [tiːθ] .
against the free use of fruit is that " the acids act injuriously upon the teeth .
反对 这 自由的 使用 的 水果 是 那 " 这 酸 行为 有害地 之上 这 牙齿 .

我之所以提到以上内容，是因为我听到的反对自由食用水果的一个理由是“酸会对牙齿造成损害”。

" [ʌn'tɪl] [ai] [bɪ'keɪm] [ə; eɪ][ˌvedʒə'teəriən][ai] [juːst] [tuː; tə]['vɪzɪt][ə; eɪ]['dentɪst] ['regjələli] ['evri] [sɪks] [mʌnθs]
" Until I became a vegetarian I used to visit a dentist regularly every six months
" 直到 我 成为 一个 素食 我 用过的 到 访问 一个 牙医 经常 每一个 六 几个月
.
.
.

“在我成为素食主义者之前，我每六个月都会定期去看牙医。”

[ai][hæd; həd] [dʌn] [ðɪs] [fɔː(r); fə(r)][ten] [j'iəz] ,
I had done this for ten years ,
我 有 完毕 这 为了 十 年 ,

我做了十年了，

[ænd; ənd] ['nɪəli] ['evri] [tuːθ] [ɪn][maɪ] [gʌmz] [hæd; həd][ɪts][gəʊld] ['fɪlɪŋ] .
and nearly every tooth in my gums had its gold filling .
和 几乎 每一个 齿 在 我的 牙龈 有 它是 金子 填充 .

我牙龈里的几乎每颗牙齿都有金填充物。

[ðə; ði][lɑːst] [taɪm] [ai] ['vɪzɪtɪd] [ðə; ði] ['dentɪst] [ai][təʊld][hɪm] [ðæt] [ai][hæd; həd] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ][ˌvedʒə'teəriən] ,
The last time I visited the dentist I told him that I had become a vegetarian ,
这 最后的 时间 我 到访 这 牙医 我 讲述 他 那 我 有 变得 一个 素食 ,

我上次去看牙医的时候告诉他，我已经成为素食主义者了。

[ænd; ənd][hiː; hi] [rɪ'plaɪd] [ðæt] [hiː; hi]['rɑːðə(r)] [θɔːt] [maɪ] [tiːθ] [wʊd] [dɪ'keɪ] ['kwɪkə(r)][ɪn]['fjuːtʃə(r)]
and he replied that he rather thought my teeth would decay quicker in future
和 他 回复 那 他 相当 想法 我的 牙齿 会 衰变 更快 在 未来
[ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][æn; ən] [ɪn'kriːst] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [ɒv; əv]['vedʒtəb(ə)l]['æsɪd] .
on account of an increased consumption of vegetable acids .
在 帐户 的 一个 增加 消耗 的 蔬菜 酸 .

他回答说，他认为由于摄入的植物酸增多，我的牙齿将来可能会更快腐烂。

[bʌt; bət][frɒm; frəm] [ðæt] [deɪ] , [naʊ] ['nɪəli] [sɪks] [j'iəz] [ə'gəʊ] , [tuː; tə][ðə; ði]['prez(ə)nt] [taɪm] ,
But from that day , now nearly six years ago , to the present time ,
但 从 那 天 , 现在 几乎 六 年 前 , 到 这 展示 时间 ,

但从那天起，也就是将近六年前，直到今天，

[ai][hæv; həv]['nevə(r)] [biːn] [nɪə(r)][ə; eɪ]['dentɪst] .
I have never been near a dentist .
我 有 绝不 到过 靠近 一个 牙医 .

我从未接触过牙医。

[maɪ] [tiːθ] [siːm] [tuː; tə][hæv; həv]['teɪkən][ə; eɪ] [njuː] [liːs] [ɒv; əv][laɪf] .
My teeth seem to have taken a new lease of life .
我的 牙齿 似乎 到 有 已采取 一个 新的 租 的 生活 .

我的牙齿似乎焕然一新。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ][fækt]
It is a fact
它 是 一个 事实

这是事实

[[ˌpiː 'dʒiː][sɪks]]
[Pg 6]
[页 6]

[第6页]

[ðæt] [ðə; ði] ['æsɪd] [ɪn] [fruːt] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz][səʊ][fɑː(r)][frɒm; frəm]['ɪndʒərɪŋ][ðə; ði] [tiːθ] ['benɪfɪt]
that the acids in fruit and vegetables so far from injuring the teeth benefit
那 这 酸 在 水果 和 蔬菜 所以 远的 从 受伤 这 牙齿 益处
[ðem; ðəm] .
them .
他们 .

水果和蔬菜中的酸不仅不会损害牙齿，反而有益于牙齿。

['meni] [ɒv; əv] [ðiːz] ['æsɪd] [ɑː(r); ə(r)] ['strɒŋli] [ˌænti'septɪk][ænd; ənd] ['æktʃuəli] [dɪ'strɔɪ] [ðə; ði][dʒɜːrmz]
Many of these acids are strongly antiseptic and actually destroy the germs
许多 的 这些 酸 是 强烈 防腐剂 和 实际上 破坏 这 细菌
[ðæt] [kɔːz] [ðə; ði] [tiːθ] [tuː; tə] [dɪ'keɪ] .
that cause the teeth to decay .
那 原因 这 牙齿 到 衰变 .

这些酸中有很多都具有很强的杀菌作用，能够真正杀死导致蛀牙的细菌。

[ɒn] [ðə; ði]['ʌðə(r)][hænd] , [ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [ə'tæk] [ðə; ði][ɪ'næm(ə)l][ɒv; əv][ðə; ði] [tiːθ] , [waɪl]
On the other hand , they do not attack the enamel of the teeth , while
在 这 其他 手 , 他们 做 不是 攻击 这 搪瓷 的 这 牙齿 , 尽管
[ˌɪnɔː'gænɪk]['æsɪd] [duː; də] .
inorganic acids do .
无机物 酸 做 .

另一方面，它们不会腐蚀牙釉质，而无机酸会。

['nʌθɪŋ] [klenz] [ðə; ði] [tiːθ] [səʊ] [ɪ'fektʃuəli] [æz; əz] [tuː; tə] ['θʌrəli] [tʃuː] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [ænd; ənd]
Nothing cleanses the teeth so effectually as to thoroughly chew a large and
没有什么 清洁 这 牙齿 所以 有效地 作为 到 彻底 嚼 一个 大的 和
['dʒuːsi]['æp(ə)l] .
juicy apple .
多汁的 苹果 .

没有什么比彻底咀嚼一个又大又多汁的苹果更能有效地清洁牙齿了。

[fruːt] [ɪz][ə; eɪ] [fuːd] .
Fruit is a Food .
水果 是 一个 食物 .

水果是食物。

[ʌn'tɪl] [kwaɪt] ['riːs(ə)ntli][ðə; ði][mə'dʒɒrəti][ɒv; əv] ['ɪŋglɪʃ] - ['spiːkɪŋ] ['piːp(ə)l] [hæv; həv] [biːn] [ə'kʌstəmd]
Until quite recently the majority of English - speaking people have been accustomed
直到 相当 最近 这 多数 的 英语 - 请讲 人们 有 到过 习惯
[tuː; tə] [lʊk] [ə'pɒn] [fruːt] [nɒt] [æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] ,
to look upon fruit not as a food ,
到 看 之上 水果 不是 作为 一个 食物 ,

直到最近，大多数英语国家的人还习惯于把水果视为一种食物，而不是一种食物。

[bʌt; bət]['rɑːðə(r)][æz; əz][ə; eɪ] ['swiːtmiːt] , [tuː; tə][biː; bi]['iːt(ə)n] ['mɪəli] [fɔː(r); fə(r)] ['pleʒə(r)] , [ænd; ənd]
but rather as a sweetmeat , to be eaten merely for pleasure , and
但 相当 作为 一个 蜜饯 , 到 是 吃 仅仅 为了 乐趣 , 和
['ðeəfɔː(r)] ['veri] ['speərɪŋli] .
therefore very sparingly .
所以 非常 少量地 .

而是作为一种甜食，纯粹为了享受而食用，因此应该非常少吃。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] ['kɒnsɪkwəntli] [biːn] ['bænɪʃt] [frɒm; frəm][ɪts] ['raɪtf(ə)l] [pleɪs] [æt; ət][ðə; ði] [bɪ'gɪnɪŋ]
It has consequently been banished from its rightful place at the beginning
它 有 最后 到过 被放逐 从 它是 正当的 地方 在 这 开始
[ɒv; əv] [miːlz] .
of meals .
的 餐 .

因此，它被从餐前原本的位置上驱逐了出去。

[bʌt; bət] [fruːt] [ɪz][nɒt][ə; eɪ] " ['gʊdi] , " [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [fuːd] , [ænd; ənd] , [mɔːr'əʊvə(r)] , [ə; eɪ] [kəm'pliːt]
But fruit is not a " goody , " it is a food , and , moreover , a complete
但 水果 是 不是 一个 " 好东西 , " 它 是 一个 食物 , 和 , 而且 , 一个 完全的
[fuːd] .
food .
食物 .

但水果不是一种“零食”，而是一种食物，而且是一种营养全面的食物。

[ɔːl] ['vedʒtəb(ə)l] [fuːdz] ([ɪn][ðeə(r)]['nætʃ(ə)rəl] [steɪt]) [kən'teɪn] [ɔːl][ðə; ði] ['elɪmənts] ['nesəsəri] [tuː; tə]
All vegetable foods (in their natural state) contain all the elements necessary to
全部 蔬菜 食物 (在 他们的 自然的 状态) 包含 全部 这 元素 必要的 到
[fɔːm] [ə; eɪ] [kəm'pliːt] [fuːd] .
form a complete food .
形式 一个 完全的 食物 .

所有植物性食物（在其天然状态下）都含有构成完整食物所需的所有元素。

[æt; ət][ə; eɪ] [pɪntʃ] ['hjuːmən][laɪf] [mait]
At a pinch human life might
在 一个 捏 人类 生活 可能

在危急关头，人的生命可能

[[ˌpiː 'dʒiː]['sɛvən]]
[Pg 7]
[页 7]

[biː; bi] [sə'pɔːrtɪd] [ɒn] ['eni] [wʌn] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] .
be supported on any one of them .
是 有 在 任何 一 的 他们 .

可以支持其中任何一项。

[ai] [seɪ] " [æt; ət] [ə; eɪ] [pɪntʃ] " [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ɪf] [ðə; ði] [nʌts] ['sɪərɪəls] [ænd; ənd] ['pʌlsɪz] [wɜː(r); wə(r)] [ruːld]
I say " at a pinch " because if the nuts cereals and pulses were ruled
我 说 " 在 一个 捏 " 因为 如果 这 坚果 谷物 和 脉冲 是 裁决

[aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['daɪətəri] [ˌaɪ 'tiː] [wʊd] ,
out of the dietary it would ,
出去 的 这 饮食 它 会 ,

我说"勉强"是因为如果将坚果、谷物和豆类排除在饮食之外，那就……

[fɔː(r); fə(r)] [məʊst] ['piːp(ə)l] , [biː; bi] [dɪ'fɪʃ(ə)nt] [ɪn] [fæt] [ænd; ənd] ['prəʊtiːd] ([ðə; ði] [fleʃ] [ænd; ənd] ['mʌs(ə)l] -
for most people , be deficient in fat and proteid (the flesh and muscle -
为了 最多 人们 , 是 不足 在 胖的 和 蛋白质 (这 肉 和 肌肉 -

['fɔːmɪŋ] ['elɪmənt]) .
forming element) .
成型 元素) .

对于大多数人来说，脂肪和蛋白质（构成肌肉的成分）都不足。

[ˌnevəðə'les] ,
Nevertheless ,
尽管如此 ,

尽管如此，

[fruːt] [ə'ləʊn] [wɪl] [sə'steɪn] [laɪf] [ɪf] ['teɪkən] [ɪn] [lɑːdʒ] [k'wɒntɪtɪz] [wɪð] [smɔːl] ['aʊtpʊt] [ɒv; əv] ['enədʒi] [ɒn]
fruit alone will sustain life if taken in large quantities with small output of energy on
水果 独自的 将要 维持 生活 如果 已采取 在 大的 数量 和 小的 输出 的 活力 在

[ðə; ði] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['pɜːs(ə)n] ['lɪvɪŋ] [ə'pɒn] [ˌaɪ 'tiː] ,
the part of the person living upon it ,
这 部分 的 这 人 活的 之上 它 ,

如果大量食用水果，且食用者自身消耗的能量很少，那么单靠水果就能维持生命。

[æz; əz] ['wɪtnəs] [ðə; ði] " [greɪp] [kjʊə(r)] . " [[ˌtuː'tuː]]
as witness the " grape cure . " [2]
作为 证人 这 " 葡萄 治愈 . " [2]

例如"葡萄疗法"。[2]

[ðə; ði] [pə'sentɪdʒ] [ɒv; əv] ['prəʊtiːd] [ɪn] [greɪps] [ɪz] [pə'tɪkjələli] [haɪ] [fɔː(r); fə(r)] [fruːt] .
The percentage of proteid in grapes is particularly high for fruit .
这 百分比 的 蛋白质 在 葡萄 是 特别 高的 为了 水果 .

葡萄中的蛋白质含量在水果中特别高。

[ðəʊz] ['piːp(ə)l] [huː] [dɪ'zaɪə(r)] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ] [fruː'teəriən] ['daɪətəri] [ðeə(r)] ['deɪli] [reɪ'ʒiːm] ['kænɒt]
Those people who desire to make a fruitarian dietary their daily régime cannot
那些 人们 WHO 欲望 到 制作 一个 果食主义者 饮食 他们的 日常的 政权 不能

[duː; də] ['betə(r)] [ðæn; ðən] [teɪk] [ðə; ði] [əd'vaɪs] [ɒv; əv] [əʊ] . - ['hɑːrə] ,
do better than take the advice of O . Hashnu Hara ,
做 更好的 比 拿 这 建议 的 哦 . - 原 ,

那些希望将水果素食作为日常饮食习惯的人，最好的办法莫过于听从 O. Hashnu Hara 的建议。

[æn; ən] [ə'merɪkən] ['raɪtə(r)] .
an American writer .
一个 美国人 作家 .

一位美国作家。

[hiː; hi] [sez] : " ['evri] ['ædʌlt; ə'dʌlt] [rɪ'kwaɪəz] [frɒm; frəm] [twelv] [tuː; tə] [ˌsɪks'tiːn] ['aʊnsɪz] [ɒv; əv] [draɪ] [fuːd] , [friː] [frɒm; frəm] ['wɔːtə(r)] , ['deɪli] .
He says : " Every adult requires from twelve to sixteen ounces of dry food , free from water , daily .
他 说道 : " 每一个 成人 需要 从 十二 到 十六 盎司 的 干燥 食物 , 自由的 从 水 , 日常的 .

他说："每个成年人每天需要 12 到 16 盎司不含水的干粮。

[tuː; tə] [sə'plaɪ] [ðɪs] [ə; eɪ] ['kwɔːtə(r)] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] [ʃeld] [nʌts] [ænd; ənd] [θriː] - ['kwɔːtəz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] ['eni] [draɪd] [fruːt] [mʌst; məst] [biː; bi] [juːst] .
To supply this a quarter of a pound of shelled nuts and three - quarters of a pound of any dried fruit must be used .
到 供应 这 一个 四分之一 的 一个 磅 的 带壳 坚果 和 三 - 四分之一 的 一个 磅 的 任何 干燥 水果 必须 是 用过的 .

要满足这个条件，必须使用四分之一磅去壳坚果和四分之三磅任何种类的干果。

[ɪn]
In
在

在

[[ˌpiː 'dʒiː][eit]]
[Pg 8]
[页 8]

[第 8 页]

[ə'dɪʃ(ə)n] [tuː; tə] [ðɪs] ,
addition to this ,
添加 到 这 ,

除此之外，

[frɒm; frəm] [tuː] [tuː; tə] [θriː] [paʊndz] [ɒv; əv] ['eni] [freʃ] [fruːt] [ɪn] ['siːz(ə)n] [gəʊz] [tuː; tə] [kəm'pliːt] [ðə; ði] [deɪz] [ə'laʊəns] .
from two to three pounds of any fresh fruit in season goes to complete the day's allowance .
从 二 到 三 磅 的 任何 新鲜的 水果 在 季节 去 到 完全的 这 天 津贴 .

每天的配额中，可以额外添加两到三磅当季新鲜水果。

[ðiːz] [k'wɒntɪtɪz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wei] [aʊt] . . . [ænd; ənd] [wɪl] [sə'steɪn] [ə; eɪ] [fʊl] - [grəʊn] [mæn] [ɪn] ['pɜːfɪkt] [helθ] [ænd; ənd] [vaɪ'tæləti] .
These quantities should be weighed out . . . and will sustain a full - grown man in perfect health and vitality .
这些 数量 应该 是 称重 出去 . . . 和 将要 维持 一个 满的 - 生长 男人 在 完美的 健康 和 活力 .

这些量需要精确称量……足以维持一个成年男子的健康和活力。

[ðə; ði] ['kwɒntəti] [ɒv; əv] [raɪp] [freʃ] [fruːt] [meɪ] [biː; bi] ['slaɪtli] [ɪn'kriːst] [ɪn] ['sʌmə(r)] ,
The quantity of ripe fresh fruit may be slightly increased in summer ,
这 数量 的 成熟 新鲜的 水果 可能 是 轻微地 增加 在 夏天 ,

夏季成熟鲜果的数量可能会略有增加。

[wɪð] [ə; eɪ] [ˌkɒrə'spɒndɪŋ] [dɪ'kriːs] [ɪn][ðə; ði] [draɪd] [fruːt] .
with a corresponding decrease in the dried fruit .
和 一个 相应的 减少 在 这 干燥 水果 .

干果数量也相应减少。

" ['fʊtnəʊt] :
" FOOTNOTE :
" 脚注 :

"脚注：

[[ˌtuː'tuː]] ['riːs(ə)nt] [j'iəz] [hæv; həv] ['witnis] [ə; eɪ][ˌmɒdɪfɪ'keɪʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði][ə'rɪdʒən(ə)l][kjʊə(r)] .
[2] Recent years have witnessed a modification of the original cure .
[2] 最近的 年 有 目击者 一个 修改 的 这 原来的 治愈 .

[2] 近年来，原始疗法得到了改进。

['ʌðə(r)] [fuːd] [ɪz] [naʊ] [ɪn'kluːdɪd] , [bʌt; bət][ai][hæv; həv][nɒt] [hɜːd] [ðæt] [ðə; ði] [rɪ'zʌlts] [ɑː(r); ə(r)]['betə(r)] .
Other food is now included , but I have not heard that the results are better .
其他 食物 是 现在 包括 , 但 我 有 不是 听到 那 这 结果 是 更好的 .

现在也加入了其他食物，但我还没有听说效果更好。

[əb'dʒekʃnz] [tuː; tə] [fruːt] .
Objections to Fruit .
反对意见 到 水果 .

对水果的反对意见。

[sʌm; səm][ˌvedʒɪ'teəriːənz]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['pɒsəb(ə)l][tuː; tə] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] [fruːt] ,
Some vegetarians object that it is possible to eat too much fruit ,
一些 素食者 目的 那 它 是 可能的 到 吃 也 很多 水果 ,

有些素食者反对说，水果吃多了也会有害。

[ænd; ənd] [ˌrekə'mend] ['kɔːʃ(ə)n] [ɪn][ðə; ði][juːz][ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə]['piːp(ə)l][ɒv; əv] ['nɜːvəs]
and recommend caution in the use of it to people of nervous
和 推荐 警告 在 这 使用 的 它 到 人们 的 紧张的
['temprəmənt] ,
temperament ,
气质 ,

并建议神经质的人谨慎使用。

[ɔː(r)] [ðəʊz] [huː] [siːm] [ˌpriːdɪ'spəʊzd][tuː; tə][skɪn] ['eɪlmənts] .
or those who seem predisposed to skin ailments .
或者 那些 WHO 似乎 易感 到 皮肤 疾病 .

或者那些似乎容易患皮肤病的人。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [truː] [ðæt] [ðə; ði] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [ɒv; əv] [lɑːdʒ] [k'wɒntɪtɪz] [ɒv; əv] [fruːt] [meɪ] [ə'pɪə(r)] [tuː; tə]
It is true that the consumption of large quantities of fruit may appear to
它 是 真的 那 这 消耗 的 大的 数量 的 水果 可能 出现 到
['rendə(r)][ðə; ði] ['nɜːvəs] ['pɜːs(ə)n][mɔː(r)]['ɪrɪtəb(ə)l] ,
render the nervous person more irritable ,
使成为 这 紧张的 人 更多的 易怒的 ,

的确，大量食用水果可能会使神经质的人更加烦躁易怒。

[ænd; ənd][tuː; tə] [ɪn'kriːs] [ðə; ði][ɪk'stɜːn(ə)l] [ˌmænəfes'teʃən] [ɒv; əv][ə; eɪ][skɪn] [dɪ'ziːz] .
and to increase the external manifestations of a skin disease .
和 到 增加 这 外部的 表现 的 一个 皮肤 疾病 .

并加重皮肤病的外部表现。

[bʌt; bət][ɪn][ðə; ði]['lætə(r)] [ɪ'vent] [ðə; ði] [fruːt] [ɪz] ['mɪəli] [ə'sɪstɪŋ] ['neɪtʃə(r)][tuː; tə] [θrəʊ] [ðə; ði] [dɪ'ziːz]
But in the latter event the fruit is merely assisting Nature to throw the disease
但 在 这 后者 事件 这 水果 是 仅仅 协助 自然 到 扔 这 疾病
[aʊt] [ænd; ənd] [ɒf] [mɔː(r)] ['kwɪkli] ,
out and off more quickly ,
出去 和 离开 更多的 迅速地 ,

但在后一种情况下，水果只是帮助大自然更快地清除疾病而已。

[waɪl] [ɪn][ðə; ði]['fɔːmə(r)] [keɪs] [ðə; ði]['riːəl] [kɔːz] [laɪz] [nɒt] [ɪn][ðə; ði] [fruːt] [bʌt; bət][ɪn]
while in the former case the real cause lies not in the fruit but in
尽管 在 这 以前的 案件 这 真实的 原因 谎言 不是 在 这 水果 但 在

而在前一种情况下，真正的原因不在于果实，而在于……

[[ˌpiː 'dʒiː][naɪn]]
[Pg 9]
[页 9]

[sʌm; səm] [nɜːv] ['ɪrɪtənt] , [tiː] , [fɔː(r); fə(r)][ɪg'zɑːmp(ə)l] ,
some nerve irritant , tea , for example ,
一些 神经 刺激物 , 茶 , 为了 例子 ,

某些神经刺激物，例如茶。

[ðə; ði] [ɪ'fekts] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)] [ə'kjuːtli] [felt] ['ʌndə(r)][ðə; ði] [njuː] [reɪ'ʒiːm] .
the effects of which are more acutely felt under the new régime .
这 效果 的 哪个 是 更多的 急性 毛毡 在下面 这 新的 政权 .

在新政权下，这些影响感受得更加强烈。

[ðə; ði] ['nɜːvəs] ['sɪstəm] [tend] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [mʌtʃ] [mɔː(r)] ['sensətɪv] [ə'pɒn][ə; eɪ][ˌvedʒə'teəriən] ,
The nervous system tends to become much more sensitive upon a vegetarian ,
这 紧张的 系统 倾向于 到 变得 很多 更多的 敏感的 之上 一个 素食 ,
[ɪ'speʃəli] [fruː'teəriən] , ['daɪət] ,
especially fruitarian , diet ,
尤其 果食主义者 , 饮食 ,

素食者，尤其是水果素食者，其神经系统往往会变得更加敏感。

[ænd; ənd]['piːp(ə)l]['ɒf(ə)n][ə'trɪbjuːt; 'ætrɪbjuːt][ðeə(r)] [ɪn'kriːst] ['nɜːvəsnəs] [ænd; ənd] [ˌɪrɪtə'bɪləti] [tuː; tə]
and people often attribute their increased nervousness and irritability to
和 人们 经常 属性 他们的 增加 紧张 和 易怒 到
[ðə; ði]['daɪət] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['sɪmpli] [ðæt] [ðeɪ] [naʊ] [ri'ækt][mɔː(r)] ['kwɪkli] [tuː; tə] ['pɔɪznz] .
the diet when it is simply that they now react more quickly to poisons .
这 饮食 什么时候 它 是 简单地 那 他们 现在 反应 更多的 迅速地 到 毒药 .

人们常常将自己日益紧张和易怒的情绪归因于饮食，而实际上只是因为他们现在对毒物的反应更快了。

[ðɪs] [ɪz][nɒt][ə; eɪ][bæd] [θɪŋ] , [ɒn][ðə; ði] ['kɒntrəri] ,
This is not a bad thing , on the contrary ,
这 是 不是 一个 坏的 事物 , 在 这 相反 ,

这并非坏事，恰恰相反。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃəʊz] [ðæt] [ðə; ði] ['sɪstəm] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [mɔː(r)] [ə'lɜːt] .
it shows that the system has become more alert .
它 演出 那 这 系统 有 变得 更多的 警报 .

这表明系统变得更加警觉了。

['ʌndə(r)][ðə; ði][əʊld] [reɪ'ʒiːm] [wiː; wi] [tend] [tuː; tə][stɔː(r)][ʌp] ['pɔɪznz] [ænd; ənd] [ɪm'pjʊərəti] [ɪn][ðə; ði] ['bɒdi]
Under the old régime we tend to store up poisons and impurities in the body
在下面 这 老的 政权 我们 趋向 到 店铺 向上 毒药 和 杂质 在 这 身体
,
,
,

在旧制度下，我们往往会在体内积聚毒素和杂质。

[bʌt; bət][ðə; ði] [ɪ'fekt] [ɒv; əv][ə; eɪ]['vedʒtəb(ə)l]['daɪət] , [ɪ'speʃəli] [wen] [ju'naɪtɪd] [wɪð] [ðə; ði][juːz][ɒv; əv]
but the effect of a vegetable diet , especially when united with the use of
但 这 影响 的 一个 蔬菜 饮食 , 尤其 什么时候 团结的 和 这 使用 的
[dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)] ,
distilled water ,
蒸馏 水 ,

但是，素食饮食，特别是与饮用蒸馏水相结合时，会产生以下效果：

[ɪz][tuː; tə] [kɔːz] [ɔːl]['aʊə(r)] [dɪ'ziːzɪz] [ænd; ənd] [ɪm'pjʊərəti] [tuː; tə][biː; bi] [ɪk'speld] ['aʊtwədz] [ænd; ənd]
is to cause all our diseases and impurities to be expelled outwards and
是 到 原因 全部 我们的 疾病 和 杂质 到 是 被驱逐 向外 和
['daʊnwədz] .
downwards .
向下 .

目的是使我们体内的所有疾病和杂质向外向下排出。

[tiː] [ɪz][ə; eɪ] [sləʊ] ['pɔɪz(ə)n] ,
Tea is a slow poison ,
茶 是 一个 慢的 毒 ,

茶是一种慢性毒药。

[ænd; ənd][səʊ][ɪz] ['kɒfi] [ɪk'sept] ['ʌndə(r)] [ɪk'sepʃən(ə)l] [kən'dɪʃ(ə)nz] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [juːst] [æz; əz][ə; eɪ]
and so is coffee except under exceptional conditions when it is used as a
和 所以 是 咖啡 除了 在下面 非凡的 状况 什么时候 它 是 用过的 作为 一个
['medsn; 'medɪsn] ,
medicine ,
药品 ,

咖啡也是如此，除非在特殊情况下用作药物。

[ænd; ənd] [ðen] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [peɪl] - ['rəʊstɪd] .
and then it should always be pale - roasted .
和 然后 它 应该 总是 是 苍白 - 烤 .

而且一定要烤至浅色。

[fruːt] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] ['iːt(ə)n] [æt; ət][ðə; ði] [bɪ'gɪnɪŋ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [miːl] .
Fruit should always be eaten at the beginning of a meal .
水果 应该 总是 是 吃 在 这 开始 的 一个 一顿饭 .

水果应该在用餐开始时食用。

[ə'gen] , [wen] [ðə; ði]['daɪət] [kən'sɪsts] [ɒv; əv][ə; eɪ]['mɪkstʃə(r)][ɒv; əv]
Again , when the diet consists of a mixture of
再次 , 什么时候 这 饮食 由 的 一个 混合物 的

再次强调，当饮食由以下食物混合而成时：

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 10]
[页 -]

[第10页]

[kʊkt] [ænd; ənd] [ˌʌn'kʊkt] [fuːdz] , [ðə; ði] [ˌʌn'kʊkt] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] ['iːt(ə)n] [fɜːst] .
cooked and uncooked foods , the uncooked should always be eaten first .
煮熟 和 生 食物 , 这 生 应该 总是 是 吃 第一的 .

食物有熟的和生的，应该先吃生的。

['ɔːlsəʊ] [wen] [ðə; ði] [miːl] [kən'sɪsts] [ɒv; əv] [tuː] ['kɔːsɪz] , [ə; eɪ] [swiːt] [ænd; ənd][ə; eɪ] ['seɪvəri] [dɪʃ] ,
Also when the meal consists of two courses , a sweet and a savoury dish ,
还 什么时候 这 一顿饭 由 的 二 课程 , 一个 甜的 和 一个 咸味的 盘子 ,

此外，如果一顿饭包含两道菜，一道甜点和一道咸味菜肴，

['sʌfərə] [frɒm; frəm][ˌɪndɪ'dʒestʃən][ʃʊd; ʃəd][traɪ] ['teɪkɪŋ] [ðə; ði] [swiːt] [kɔːs] [fɜːst] .
sufferers from indigestion should try taking the sweet course first .
受害者 从 消化不良 应该 尝试 采取 这 甜的 课程 第一的 .

消化不良的人应该先尝试吃甜食。

[ai][hæv; həv] [nəʊn] ['sevrəl] [keɪsɪz] [weə(r)] [ðɪs] ['sɪmp(ə)l] [ɪk'spiːdiənt] [hæz; həz] [rɪ'zʌltɪd] [ɪn][ə; eɪ]
I have known several cases where this simple expedient has resulted in a
我 有 已知 一些 案例 在哪里 这 简单的 权宜 有 结果 在 一个
[kəm'pliːt] [se'seɪʃn] [ɒv; əv][ðə; ði] [dɪs'kʌmfət] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt] [kəm'pleɪnd] .
complete cessation of the discomfort of which the patient complained .
完全的 停止 的 这 不适 的 哪个 这 病人 抱怨 .

我曾见过好几个这样的例子，这种简单的权宜之计完全消除了患者所抱怨的不适症状。

[ə; eɪ][ˌpaɪə'nɪə(r)][ɒv; əv] [fuːd] ['remədiz] .
A Pioneer of Food Remedies .
一个 先锋 的 食物 补救措施 .

食疗先驱。

[ðə; ði][ˌpaɪə'nɪə(r)] , [ɪn] ['ɪŋglənd] ,
The pioneer , in England ,
这 先锋 , 在 英格兰 ,

这位先驱者在英国

[ɒv; əv][ðə; ði] ['triːtmənt] [ɒv; əv][ɔːl] [sɔːrts][ænd; ənd][kən'dɪʃ(ə)nz][ɒv; əv] [dɪ'ziːz] [baɪ] [miːnz] [ɒv; əv][ə; eɪ]
of the treatment of all sorts and conditions of disease by means of a
的 这 治疗 的 全部 排序 和 状况 的 疾病 经过 方法 的 一个
['vedʒtəb(ə)l] (['tʃiːfli] [fruːt]) ['daɪətəri][wɒz; wəz]['dɑːktər; draɪv] . [læmb] ,
vegetable (chiefly fruit) dietary was Dr . Lambe ,
蔬菜 (主要 水果) 饮食 曾是 博士 . 兰贝 ,

兰贝医生提倡用蔬菜（主要是水果）饮食疗法来治疗各种疾病。

[ə; eɪ] [kən'temp(ə)rəri] [ɒv; əv][ðə; ði]['pəʊɪt] ['ʃeli] .
a contemporary of the poet Shelley .
一个 当代的 的 这 诗人 雪莱 .

与诗人雪莱同时代的人。

[hɪz; ɪz][lɑːst] [bʊk] [ə'pɪəd] [ɪn] - ,
His last book appeared in 1815 ,
他的 最后的 书 出现 在 - ,

他的最后一本书出版于1815年。

[ænd; ənd][ɪn][ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][ðə; ði][wʌn] [prɪ'siːdɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [rɪ'kɔːdɪd] [sʌm; səm] ['wʌndəf(ə)l] [kj'ɔːz] ,
and in it and the one preceding are recorded some wonderful cures ,
和 在 它 和 这 一 前 是 记录 一些 精彩的 治愈 ,
[ɪ'speʃəli] [ɪn] [keɪsɪz] [ɒv; əv]['kænsə(r)] .
especially in cases of cancer .
尤其 在 案例 的 癌症 .

本书及其前一册中记载了一些神奇的疗法，尤其是在癌症病例方面。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['əʊnli][feə(r)][tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː][hɪə(r)] [ðæt] [ɪn]['dɑːktər; draɪv] . - [ə'pɪnjən] [nəʊ] ['sɪstəm]
It is only fair to add here that in Dr . Lambe's opinion no system
它 是 仅有的 公平的 到 添加 这里 那 在 博士 . - 观点 不 系统
[ɒv; əv][kjʊə(r)][ɪz] [kəm'pliːtli] [ˌefɪ'keɪʃəs] [səʊ] [lɒŋ] [æz; əz][ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt][ɪz] [ə'laʊd] [tuː; tə] [drɪŋk]
of cure is completely efficacious so long as the patient is allowed to drink
的 治愈 是 完全地 有效的 所以 长的 作为 这 病人 是 允许 到 喝
[ðə; ði]['ɔːd(ə)n(ə)ri][tæp][ɔː(r)] [wel] ['wɔːtə(r)] .
the ordinary tap or well water .
这 普通的 轻敲 或者 出色地 水 .

这里必须补充一点，兰贝医生认为，只要允许病人饮用普通的自来水或井水，任何治疗方法都不能完全有效。

[dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)][wɒz; wəz][ðə; ði]['əʊnli][drɪŋk][hiː; hi][əd'vaɪzd] .
Distilled water was the only drink he advised .
蒸馏 水 曾是 这 仅有的 喝 他 建议 .

他只建议喝蒸馏水。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 11]
[页 -]

[第11页]

[bʌt; bət][hiː; hi][held][ˌaɪ 'tiː]['betə(r)] [stɪl] [nɒt][tuː; tə][drɪŋk][æt; ət][ɔːl] [ɪf] [ðə; ði] ['nesəsəri] ['lɪkwɪd][kʊd; kəd]
But he held it better still not to drink at all if the necessary liquid could
但 他 握住 它 更好的 仍然 不是 到 喝 在 全部 如果 这 必要的 液体 可以
[biː; bi] [sə'plaɪd] [tuː; tə][ðə; ði]['bɒdi][baɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [freʃ] ,
be supplied to the body by means of fresh ,
是 供应 到 这 身体 经过 方法 的 新鲜的 ,

但他认为，如果能通过新鲜水源为身体补充必要的液体，最好还是完全不喝酒。

['dʒuːsi] [fruːts] .
juicy fruits .
多汁的 水果 .

多汁的水果。

[hiː; hi] [kən'tend] [ðæt] [mæn] [ɪz] [nɒt] ['nætʃ(ə)rəli] [ə; eɪ] ['drɪŋkɪŋ] ['ænɪm(ə)l] ; [ðæt] [hɪz; ɪz] [θɜːst] [ɪz] [ə; eɪ]
He contended that man is not naturally a drinking animal ; that his thirst is a
他 有争议 那 男人 是 不是 自然 一个 喝 动物 ; 那 他的 口渴 是 一个
['mɔːbɪd] ['sɪmptəm] ,
morbid symptom ,
病态的 症状 ,

他认为，人天生不是饮水动物；人的口渴是一种病态的症状。

[ðə; ði] ['aʊtkʌm] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [kɑː'nɪvərəs] ['daɪət] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [ˌʌn'həʊlsəm] ['hæbɪts] .
the outcome of a carnivorous diet and other unwholesome habits .
这 结果 的 一个 食肉的 饮食 和 其他 不健康的 习惯 .

这是以肉食为主的饮食习惯和其他不健康生活习惯造成的后果。

[ænd; ənd] [ai] [θɪŋk] [ðæt] ['eniwʌn] [meɪ] [pruːv] [ðə; ði] [truːθ] [ɒv; əv] [ðɪs] [fɔː(r); fə(r)] [hɪm] [ɔː(r)] [hɜː'self] [ɪf]
And I think that anyone may prove the truth of this for him or herself if
和 我 思考 那 任何人 可能 证明 这 真相 的 这 为了 他 或者 她自己 如果
[hiː; hi] [ɔː(r)] [ʃiː; ʃi] [wɪl] [ə'dɒpt] [ə; eɪ] [fruː'teəriən] ['daɪətəri] [ænd; ənd] [əb'steɪn] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv]
he or she will adopt a fruitarian dietary and abstain from the use of
他 或者 她 将要 采纳 一个 果食主义者 饮食 和 弃权 从 这 使用 的
[sɔːlt] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] ['kɒndɪmənts] .
salt and other condiments .
盐 和 其他 调味品 .

我认为，任何人如果采取纯素食主义的饮食方式，并且不使用盐和其他调味品，都可以亲自验证这一说法的真实性。

[ai] [hæv; həv] ['saɪtɪd] [səʊ] [aʊt] - [ɒv; əv] - [deɪt] [ə; eɪ] ['pɜːsənɪdʒ] [æz; əz] ['dɑːktər; draɪv] . [læmb] [fɔː(r); fə(r)]
I have cited so out - of - date a personage as Dr . Lambe for
我 有 引用 所以 出去 - 的 - 日期 一个 人士 作为 博士 . 兰贝 为了
[tuː] ['riːz(ə)nz] .
two reasons .
二 原因 .

我引用兰贝博士这样一位过时的人物，有两个原因。

[ðə; ði] [fɜːst] [ɪz] [ðæt] [ai] [nəʊ] ['meni] [ɒv; əv] [ðə; ði] [səʊ] - [kɔːld] [njuː] [ænd; ənd] [ʌn'ɔːθədɒks] [aɪ'diəz]
The first is that I know many of the so - called new and unorthodox ideas
这 第一的 是 那 我 知道 许多 的 这 所以 - 称为 新的 和 非正统的 想法
[ɑː(r); ə(r)] [mɔː(r)] ['laɪkli] [tuː; tə] [ə'piːl] [tuː; tə] [sʌm; səm] ['ridər] ,
are more likely to appeal to some readers ,
是 更多的 可能 到 上诉 到 一些 读者 ,

首先，我知道许多所谓的新颖和非正统的观点更有可能吸引某些读者。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [kæn; kən] [biː; bi] [ʃəʊn] [ðæt] [ðeɪ] [ə'rɪdʒɪneɪtɪd] [wɪð] [ə; eɪ] ['djuːli] ['kwɒlɪfaɪd] ['medɪk(ə)l]
if it can be shown that they originated with a duly qualified medical
如果 它 能 是 所示 那 他们 起源于 和 一个 正式地 合格的 医疗的
[præk'tɪʃənə(r)] [huː] [rɪ'kɔːdɪd] [ðə; ði] [rɪ'zʌlts] [ɒv; əv] [hɪz; ɪz] [ˌɑːbzər'veɪʃənz] [ænd; ənd] [ɪk'sperɪm(ə)nts] [ɪn]
practitioner who recorded the results of his observations and experiments in
实践者 WHO 记录 这 结果 的 他的 观察 和 实验 在
[blæk] [ænd; ənd] [waɪt] .
black and white .
黑色的 和 白色的 .

如果能够证明这些记录源自一位合格的医学从业者，并且该从业者以书面形式记录了他的观察和实验结果。

[ðə; ði]['sekənd] [ɪz] [ðæt] [ðə; ði]['prɪnsəp(ə)lz][ænd; ənd]['præktɪsɪz] [ɒv; əv]['dɑːktər; draɪv] . [læmb] [ɑː(r); ə(r)]
The second is that the principles and practices of Dr . Lambe are
这 第二 是 那 这 原则 和 实践 的 博士 . 兰贝 是
[ɪn'kɔːpəreɪtɪd] [wɪð] [ðəʊz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] [rɪˌdʒenə'reɪʃn]
incorporated with those of the Physical Regeneration
公司 和 那些 的 这 身体的 再生

第二点是，兰贝博士的原则和实践与物理再生疗法的原则和实践相结合。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 12]
[页 -]

[第12页]

[sə'saɪəti] , [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [ænd; ənd]['evə(r)] - [ɪn'kriːsɪŋ] ['bɒdi] [ɒv; əv] [ɪn'θjuːzɪæsts] ['hævɪŋ] [ɪts] [hed] -
Society , a large and ever - increasing body of enthusiasts having its head -
社会 , 一个 大的 和 曾经 - 增加 身体 的 爱好者 拥有 它是 头 -
['kwɔːtəz] [ɪn] ['lʌndən] ,
quarters in London ,
四分之一 在 伦敦 ,

该协会是一个规模庞大且不断壮大的爱好者团体，总部位于伦敦。

[tuː; tə] [huːz] ['æn(ə)lz][ai][mʌst; məst][rɪ'fɜː(r)] [ðəʊz] ['ridər] [huː] [dɪ'zaɪə(r)][ʌp] - [tuː; tə] - [deɪt] ['ɪnstənsɪz]
to whose annals I must refer those readers who desire up - to - date instances
到 谁 志 我 必须 参考 那些 读者 WHO 欲望 向上 - 到 - 日期 实例
[ɒv; əv][ðə; ði] ['efɪkəsi] [ɒv; əv][ðə; ði][juːz][ɒv; əv][fruːt] [ɪn] [dɪ'ziːz] .
of the efficacy of the use of fruit in disease .
的 这 功效 的 这 使用 的 水果 在 疾病 .

对于想要了解水果在疾病防治中的最新疗效的读者，我必须推荐他们查阅相关史册。

[læk] [ɒv; əv] [speɪs] [wɪl] [nɒt] [ə'laʊ] [ˌem 'iː][tuː; tə] [kwəʊt] [ðem; ðəm][hɪə(r)] .
Lack of space will not allow me to quote them here .
缺少 的 空间 将要 不是 允许 我 到 引用 他们 这里 .

由于篇幅有限，我无法在此引用他们的话。

[ðə; ði]['sɪmp(ə)l] [laɪf] .
The Simple Life .
这 简单的 生活 .

简单的生活。

[wiː; wi][hɪə(r)][ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ə'baʊt] [ðə; ði] " ['sɪmp(ə)l] [laɪf] " [ænd; ənd] " [rɪ'tɜːnɪŋ] [tuː; tə]['neɪtʃə(r)] "
We hear a great deal about the " Simple Life " and " Returning to Nature "
我们 听到 一个 伟大的 交易 关于 这 " 简单的 生活 " 和 " 返回 到 自然 "
['naʊədeɪz] ,
nowadays ,
如今 ,

如今我们经常听到"简单生活"和"回归自然"之类的说法，

[bʌt; bət][məʊst][ɒv; əv][ˌjuː 'es][ɑː(r); ə(r)][səʊ]['sɪtʃueɪtɪd] [ðæt] [ðə; ði] [prə'pəʊzd] [sɪm'plɪsəti] ['sɪmpli] [spelz]
but most of us are so situated that the proposed simplicity simply spells
但 最多 的 我们 是 所以 位于 那 这 建议的 简单 简单地 咒语
[ɪn'kriːst] [kəm'pleksəti] .
increased complexity .
增加 复杂 .

但我们大多数人所处的境地，使得所谓的简单化实际上只会增加复杂性。

[ðə; ði] " [ˌvedʒə'teəriən] [tʃɒp] " [kɒsts] [ðə; ði] ['haʊswaɪf] [mɔː(r)][ðæn; ðən]['dʌb(ə)l] [ðə; ði][taɪm] [ænd; ənd]
The " vegetarian chop " costs the housewife more than double the time and
这 " 素食 劈 " 成本 这 家庭主妇 更多的 比 双倍的 这 时间 和
['leɪbə(r)] [ɪn'vɒlvd] [ɪn] [prɪ'peərɪŋ] [ɪts] ['fleʃli] ['neɪmseɪk] .
labour involved in preparing its fleshly namesake .
劳动 涉及 在 准备 它是 肉体的 同名者 .

制作"素食排骨"所需的时间和精力是制作同名肉类排骨的两倍多。

[ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ 'tiː] ['kɒmz] [tuː; tə] ['ɪlnəs] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] ['sɪstəmz] [ɒv; əv] ['beɪðɪŋ] [ænd; ənd]
And when it comes to illness some of the systems of bathing and
和 什么时候 它 来 到 疾病 一些 的 这 系统 的 洗澡 和
['eksəsaɪzɪŋ] [prɪ'skraɪbd] [baɪ][ðə; ði] " ['neɪtʃərəpæθ] " [ɑː(r); ə(r)] ['ɪnfɪnətli] [mɔː(r)] ['trʌb(ə)lsəm] [tuː; tə][ðə; ði]
exercising prescribed by the " naturopath " are infinitely more troublesome to the
锻炼 规定 经过 这 " 自然疗法医师 " 是 无限地 更多的 麻烦的 到 这
['peɪʃ(ə)nt][ænd; ənd][hɪz; ɪz] [frendz] [ðæn; ðən][ðə; ði]['sɪmp(ə)l][ɪk'spiːdiənt][ɒv; əv] ['sendɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]
patient and his friends than the simple expedient of sending for the
病人 和 他的 朋友们 比 这 简单的 权宜 的 发送 为了 这
['dɒktə(r)][ænd; ənd] ['teɪkɪŋ] [ðə; ði] [prɪ'skraɪbd] ['dəʊsɪz] .
doctor and taking the prescribed doses .
医生 和 采取 这 规定 剂量 .

而说到生病，一些“自然疗法医生”开出的沐浴和锻炼方法，对病人及其朋友来说，比起简单地请医生来服用处方药，要麻烦得多。

[ai][duː; də][nɒt] [wɒnt] [tuː; tə][biː; bi]
I do not want to be
我 做 不是 想 到 是

我不想这样

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 13]
[页 -]

[第13页]

[ˌmɪsʌndə'stʊd] [hɪə(r)] .
misunderstood here .
被误解 这里 .

这里存在误解。

[ai][ˌeɪ 'em][nɒt] [kən'demɪŋ] ['triːtmənt] [wɪð] ['wɔːtə(r)][ænd; ənd]['eksəsaɪzɪz] .
I am not condemning treatment with water and exercises .
我 是 不是 谴责 治疗 和 水 和 练习 .

我并不反对水疗法和运动疗法。

[ɒn] [ðə; ði] ['kɒntrəri] , [ai] [həʊp] [tuː; tə] [pɑːs] [ɒn] [wɒt] [ai][hæv; həv] [lɜːnt] [ə'baʊt] [ðiːz] ['meθədz] [ɒv; əv]
On the contrary , I hope to pass on what I have learnt about these methods of
在 这 相反 , 我 希望 到 经过 在 什么 我 有 学会了 关于 这些 方法 的
['triːtmənt] .
treatment .
治疗 .

相反，我希望将我所了解的这些治疗方法传授给他人。

[bʌt; bət][səʊ] ['meni] ['piːp(ə)l] [læk] [ðə; ði] [taɪm] , [help] , [ænd; ənd] [kən'viːnjənsɪs] ['nesəsəri] [tuː; tə] ['kæri]
But so many people lack the time , help , and conveniences necessary to carry
但 所以 许多 人们 缺少 这 时间 , 帮助 , 和 便利设施 必要的 到 携带
[ðem; ðəm] [aʊt] [sək'sesfəli] .
them out successfully .
他们 出去 成功地 .

但很多人缺乏成功完成这些事情所需的时间、帮助和便利条件。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə] [ðiːz] [ðæt] [ai] [wʊd] [seɪ] [ðæt] [ðə; ði] ['peɪʃənts] [kjʊə(r)] [meɪ] [biː; bi] [ɪ'fektɪd] [dʒʌst]
It is to these that I would say that the patient's cure may be effected just
它 是 到 这些 那 我 会 说 那 这 患者 治愈 可能 是 受影响 只是
[æz; əz]['ʃʊəli; 'ʃɔːli] ,
as surely ,
作为 一定 ,

对于这些人，我想说，病人的治愈同样可以得到保证。

[ɪf] [mɔː(r)] ['sləʊli] , [baɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [fruːt] [ə'ləʊn] .
if more slowly , by means of fruit alone .
如果 更多的 缓慢地 , 经过 方法 的 水果 独自的 .

如果速度较慢，则仅通过水果来实现。

[fruːt] [ɔː(r)] ['fɑːstɪŋ] .
Fruit or Fasting .
水果 或者 禁食 .

水果或禁食。

['triːtmənt] [ɒv; əv] [dɪ'ziːz] [baɪ] ['fɑːstɪŋ] [hæz; həz] [kʌm] ['ɪntuː] ['fæʃ(ə)n] [ɒv; əv] [leɪt] ,
Treatment of disease by fasting has come into fashion of late ,
治疗 的 疾病 经过 禁食 有 来 进入 时尚 的 晚的 ,

近来，禁食疗法逐渐流行起来。

[ænd; ənd][ðeə(r)][ɪz] ['riːəli] [nəʊ] [læk] [ɒv; əv] [pruːf] [æz; əz][tuː; tə][ðə; ði] ['benɪfɪts] [tuː; tə][biː; bi] [əb'teɪnd]
and there is really no lack of proof as to the benefits to be obtained
和 那里 是 真的 不 缺少 的 证明 作为 到 这 好处 到 是 获得
[frɒm; frəm] [əb'steɪnɪŋ] [ɪn'taɪəli] [frɒm; frəm] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [ʃɔːt] ['pɪəriəd] .
from abstaining entirely from food for a short period .
从 禁欲 完全 从 食物 为了 一个 短的 时期 .

事实上，不乏证据表明，短期内完全禁食会带来诸多益处。

[ai] [nəʊ] [ɒv; əv][æn; ən] ['eldəli] [mæn] [huː] [fɑːsts][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] ['fɔːtnaɪt] ['evri] [sprɪŋ] ,
I know of an elderly man who fasts for a fortnight every spring ,
我 知道 的 一个 老年 男人 WHO 斋戒 为了 一个 两星期 每一个 春天 ,

我认识一位老人，他每年春天都会斋戒两周。

[ænd; ənd]['geɪnz] , [nɒt] ['luːzɪz] , [weɪt] ['djʊərɪŋ][ðə; ði]['prəʊses] !
and gains , not loses , weight during the process !
和 收益 , 不是 失败 , 重量 期间 这 过程 !

而且在此过程中体重还会增加，而不是减少！

[hiː; hi] [ə'kaʊnts] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] [baɪ] [ɪk'spleɪnɪŋ] [ðæt] ['sɜːt(ə)n] [stɔː(r)d] [ʌp] ,
He accounts for this by explaining that certain stored up ,
他 账户 为了 这 经过 解释 那 肯定 存储 向上 ,

他对此的解释是，某些储存起来的东西，

[ˌʌndɪ'dʒestɪd] [fuːd] ['pɑːtɪk(ə)lz] [kʌm] [aʊt] [ænd; ənd][ɑː(r); ə(r)][daɪ'dʒestɪd] [waɪl] [hiː; hi][fɑːsts] .
undigested food particles come out and are digested while he fasts .
未消化的 食物 颗粒 来 出去 和 是 消化 尽管 他 斋戒 .

禁食期间，未消化的食物颗粒会排出体外并被消化。

['weðə(r)] [ðɪs] [ɪz][ðə; ði] [kə'rekt] [ɛks'plɑːnə]
Whether this is the correct explana
无论 这 是 这 正确的 解释

这是否是正确的解释

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 14]
[页 -]

[第14页]

[ʃən] [ai][duː; də][nɒt] [nəʊ] , [bʌt; bət][ðə; ði][fækt] [rɪ'meɪnz] ,
tion I do not know , but the fact remains ,
tion 我 做 不是 知道 , 但 这 事实 遗迹 ,

我不知道原因，但事实依然如此。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt][baɪ]['eni] [miːnz] [ə; eɪ] ['sɒlətri] [keɪs] .
and it is not by any means a solitary case .
和 它 是 不是 经过 任何 方法 一个 孤 案件 .

而且这绝非个例。

[ɒv; əv] [kɔːs] , [ðə; ði][mə'dʒɒrəti][ɒv; əv]['piːp(ə)l] [luːz] [weɪt] [wen] ['fɑːstɪŋ] , [bʌt; bət] [ðɪs] [ɪz] ['veri] ['kwɪkli] [rɪ'kʌvəd] .
Of course , the majority of people lose weight when fasting , but this is very quickly recovered .
的 课程 , 这 多数 的 人们 失去 重量 什么时候 禁食 , 但 这 是 非常 迅速地 恢复 .

当然，大多数人在禁食期间都会减轻体重，但这很快就会恢复。

[naʊ] [ai][duː; də][nɒt] [θɪŋk] ['fɑːstɪŋ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ˌʌndə'teɪkən] ['rekləsli] , [bʌt; bət]['əʊnli]['ʌndə(r)] ['kɒmpɪtənt] [də'rekʃ(ə)n] .
Now I do not think fasting should be undertaken recklessly , but only under competent direction .
现在 我 做 不是 思考 禁食 应该 是 已 鲁莽地 , 但 仅有的 在下面 胜任的 方向 .

我认为禁食不应该鲁莽进行，而应该在合格的指导下进行。

[bʌt; bət][æn; ən] ['eksələnt] [ænd; ənd] [seɪf] ['sʌbstɪtjuːt] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][fɑːst][ɪz][æn; ən] [ɪk'skluːsɪv] [fruːt] ['daɪət] .
But an excellent and safe substitute for a fast is an exclusive fruit diet .
但 一个 出色的 和 安全的 代替 为了 一个 快速地 是 一个 独家的 水果 饮食 .

但禁食的一个极好且安全的替代方法是只吃水果。

[ə'kjuːt] ['ɪlnəs] .
Acute Illness .
急性 疾病 .

急性疾病。

[ðə; ði] ['sɪmplɪst] [ænd; ənd] ['kwɪkɪst] ['meθəd] [ɒv; əv] [rɪ'kʌvərɪŋ] [frɒm; frəm] [ə'tæks] [ɒv; əv][ə'kjuːt] ['ɪlnəs] , ['fiːvə] ,
The simplest and quickest method of recovering from attacks of acute illness , fevers ,
这 最简单的 和 最快 方法 的 恢复中 从 攻击 的 急性 疾病 , 发烧 ,

从急性疾病、发烧等症状中恢复的最简单快捷的方法是：

[ɪn'flæmət(ə)ri] [dɪ'ziːzɪz] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [ɪz][tuː; tə] [rest] ['kwaɪətli][ɪn][bed][ɪn][ə; eɪ] [wɔːm] [bʌt; bət] [wel] - ['ventɪleɪtɪd] [ruːm] ,
inflammatory diseases , etc . , is to rest quietly in bed in a warm but well - ventilated room ,
炎症 疾病 , ETC . , 是 到 休息 悄悄 在 床 在 一个 温暖的 但 出色地 - 通风 房间 ,

炎症性疾病等，应在温暖通风的房间里安静地卧床休息。

[ænd; ənd][tuː; tə] [teɪk] [θriː] [miːlz] [ə; eɪ] [deɪ] [ɒv; əv] [freʃ] [raɪp] [fruːt] , [greɪps] [baɪ] ['prefrəns] .
and to take three meals a day of fresh ripe fruit , grapes by preference .
和 到 拿 三 餐 一个 天 的 新鲜的 成熟 水果 , 葡萄 经过 偏爱 .

并且每天吃三顿新鲜成熟的水果，最好是葡萄。

[ɪf] [ðə; ði] [greɪps] [ɑː(r); ə(r)] [grəʊn] [aʊt] [ɒv; əv] [dɔːz] [ænd; ənd] ['raipən] [ɪn][ðə; ði] [sʌn] [səʊ] [mʌtʃ] [ðə; ði] ['betə(r)] .
If the grapes are grown out of doors and ripened in the sun so much the better .
如果 这 葡萄 是 生长 出去 的 门 和 成熟的 在 这 太阳 所以 很多 这 更好的 .

如果葡萄是在户外种植，并在阳光下成熟，那就更好了。

[ai][hæv; həv] [faʊnd] [frɒm; frəm] [tuː] [tuː; tə] [θriː] [paʊndz] [ɒv; əv] [greɪps] [pə(r)] [deɪ] [sə'fɪʃ(ə)nt] .
I have found from two to three pounds of grapes per day sufficient .
我 有 成立 从 二 到 三 磅 的 葡萄 每 天 充足的 .

我发现每天吃两到三磅葡萄就足够了。

[ɪf] [ðeə(r)][ɪz] [θɜːst] , ['bɑːli] ['wɔːtə(r)] ['fleɪvəd] [wɪð] ['lemən] [dʒuːs][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən] [bɪ'twiːn]
If there is thirst , barley water flavoured with lemon juice should be taken between
如果 那里 是 口渴 , 大麦 水 调味 和 柠檬 汁 应该 是 已采取 之间
[ðə; ði] [miːlz] .
the meals .
这 餐 .

如果感到口渴，可以在两餐之间饮用加柠檬汁调味的麦芽水。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 15]
[页 -]

[第15页]

[pɑːt] [ˌaɪ 'aɪ] . — [fuːdz] [ænd; ənd] [ðeə(r)] [mə'dɪsɪnl] ['juːzɪz; 'juːsɪz]
Part II . — FOODS AND THEIR MEDICINAL USES
部分 二 . — 食物 和 他们的 药用 用途

第二部分——食物及其药用价值

['ɑːmənd] .
Almond .
杏仁 .

杏仁。

['ɑːmənd] [suːp] [ɪz][æn; ən] ['eksələnt] ['sʌbstɪtjuːt] [fɔː(r); fə(r)] [biːf] - [tiː] [fɔː(r); fə(r)] [ˌkɒnvə'les(ə)nt] .
Almond soup is an excellent substitute for beef - tea for convalescents .
杏仁 汤 是 一个 出色的 代替 为了 牛肉 - 茶 为了 康复者 .

对于康复期病人来说，杏仁汤是牛肉汤的绝佳替代品。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [baɪ] ['sɪmpli] ['blɑːntʃɪŋ] [ænd; ənd] ['paʊndɪŋ] [ə; eɪ]['kwɔːtə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv]
It is made by simply blanching and pounding a quarter of a pound of
它 是 制成 经过 简单地 焯水 和 猛击 一个 四分之一 的 一个 磅 的
[swiːt] ['ɑːməndz] [wɪð] [hɑːf][ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv][mɪlk] ,
sweet almonds with half a pint of milk ,
甜的 杏仁 和 一半 一个 品脱 的 牛奶 ,

做法很简单，只需将四分之一磅甜杏仁焯水后，加入半品脱牛奶捣碎即可。

[ɔː(r)]['vedʒtəb(ə)l] [stɒk] .
or vegetable stock .
或者 蔬菜 库存 .

或者蔬菜高汤。

[ə'nʌðə(r)] [paɪnt][ɒv; əv] [mɪlk] [ɔː(r)] [stɒk] [ɪz] [ðen] [tuː; tə][biː; bi] ['ædɪd] [ænd; ənd][ðə; ði] [həʊl] [wɔːm] .
Another pint of milk or stock is then to be added and the whole warmed .
其他 品脱 的 牛奶 或者 库存 是 然后 到 是 额外 和 这 所有的 温暖 .

然后加入一品脱牛奶或高汤，并将整道菜加热。

['ɑːftə(r)] [ðɪs] [ˌeɪ diː 'diː] [ə'nʌðə(r)] [paɪnt][ænd; ənd][ə; eɪ][hɑːf][ɒv; əv] [stɒk] [ɪf] [ðə; ði] [suːp] [ɪz][tuː; tə][biː; bi]
After this add another pint and a half of stock if the soup is to be
后 这 添加 其他 品脱 和 一个 一半 的 库存 如果 这 汤 是 到 是
[ə; eɪ]['vedʒtəb(ə)l][wʌn] ,
a vegetable one ,
一个 蔬菜 一 ,

如果要做蔬菜汤，之后再加入一品脱半的高汤。

[ɔː(r)] [raɪs]['wɔːtə(r)] [ɪf] [mɪlk] [hæz; həz] [biːn] [juːst] .
or rice water if milk has been used .
或者 米 水 如果 牛奶 有 到过 用过的 .

如果用的是牛奶，则用淘米水代替。

[æn; ən] [ɪ'mʌlʃn] [ɒv; əv] ['ɑːməndz] [ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn] [tʃest] [ə'fekʃən] .
An emulsion of almonds is useful in chest affections .
一个 乳液 的 杏仁 是 有用 在 胸部 情感 .

杏仁乳剂对胸部疾病有益。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [baɪ] [wel] ['mæsəreɪtɪŋ] [ðə; ði] [nʌts] [ɪn][ə; eɪ] [nʌt] ['bʌtə(r)] [mə'ʃiːn] ,
It is made by well macerating the nuts in a nut butter machine ,
它 是 制成 经过 出色地 浸泡 这 坚果 在 一个 坚果 黄油 机器 ,

它是用坚果酱机将坚果充分捣碎制成的。

[ænd; ənd] ['mɪksɪŋ] [wɪð] ['ɒrɪndʒ] [ɔː(r)] ['lemən] [dʒuːs] .
and mixing with orange or lemon juice .
和 混合 和 橙子 或者 柠檬 汁 .

与橙汁或柠檬汁混合。

['ɑːməndz] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [blɑːntʃt] , [ðæt] [ɪz] ,
Almonds should always be blanched , that is ,
杏仁 应该 总是 是 焯水 , 那 是 ,

杏仁必须先去皮，也就是说，

[skɪnd] [baɪ] ['pɔːrɪŋ] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)][ɒn][ðə; ði] [nʌts] [ænd; ənd] [ə'laʊɪŋ] [ðem; ðəm][tuː; tə] [səʊk]
skinned by pouring boiling water on the nuts and allowing them to soak
去皮 经过 浇注 沸腾 水 在 这 坚果 和 允许 他们 到 浸泡
[fɔː(r); fə(r)][wʌn] ['mɪnɪt] ,
for one minute ,
为了 一 分钟 ,

将坚果用沸水冲泡一分钟即可去皮。

['ɑːftə(r)] [wɪtʃ] [ðə; ði] [skɪnz] [ɑː(r); ə(r)] ['iːzəli] [rɪ'muːvd] .
after which the skins are easily removed .
后 哪个 这 皮肤 是 容易地 已移除 .

之后很容易就能去除皮。

[ðə; ði]['lætə(r)] [pə'zes] ['ɪrɪteɪtɪŋ] ['prɒpətiz] .
The latter possess irritating properties .
这 后者 具有 令人恼火的 特性 .

后者具有刺激性。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 16]
[页 -]

[第16页]

['bɪtə(r)] ['ɑːməndz] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [juːst] [æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] .
Bitter almonds should not be used as a food .
苦的 杏仁 应该 不是 是 用过的 作为 一个 食物 .

苦杏仁不宜食用。

[ðeɪ] [kən'teɪn] [ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n][aɪ'dentɪk(ə)l] [wɪð] ['prʌsɪk] ['æsɪd] .
They contain a poison identical with prussic acid .
他们 包含 一个 毒 完全相同的 和 普鲁士克 酸 .

它们含有与氢氰酸相同的毒物。

['æp(ə)l] .
Apple .
苹果 .

苹果。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['hɑːdli] ['pɒsəb(ə)l][tuː; tə] [teɪk] [ʌp] ['eni] ['njuːzpeɪpə(r)][ɔː(r)][ˌmæɡə'ziːn] [naʊ] [ə; eɪ] [deɪz] [wɪ'ðaʊt]
It is hardly possible to take up any newspaper or magazine now a days without
它 是 几乎 可能的 到 拿 向上 任何 报纸 或者 杂志 现在 一个 天 没有
['hæpənɪŋ] [ɒn] [ˌædvər'taɪzmənt] [ɒv; əv]['peɪt(ə)nt; 'pæt(ə)nt] ['medsnz] [huːz] [tʃiːf] [ˌrekəmen'deɪʃn]
happening on advertisements of patent medicines whose chief recommendation
发生 在 广告 的 专利 药物 谁 首席 推荐
[ɪz] [ðæt] [ðeɪ] " [kən'teɪn] ['fɒsfərəs] .
is that they " contain phosphorus .
是 那 他们 " 包含 磷 .

如今，几乎不可能翻开任何一份报纸或杂志而不看到专利药的广告，而这些广告的主要卖点就是“含有磷”。

" [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['dʒen(ə)rəli] ['veri] [ɪk'spensɪv] ,
" They are generally very expensive ,
" 他们 是 一般来说 非常 昂贵的 ,

它们通常都很贵，

[bʌt; bət] [ðə; ði] ['riːdə(r)] [ɪz] [ə'ʃʊəd; ə'ʃɔːd] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [wɜːθ] [ten] [taɪmz] [ðə; ði] [praɪs] [ɑːskt] [ɒn]
but the reader is assured that they are worth ten times the price asked on
但 这 读者 是 保证 那 他们 是 值得 十 时代 这 价格 问 在
[ə'kaʊnt] [ɒv; əv] [ðeə(r)] ['wʌndəf(ə)l] ['prɒpətiz] [æz; əz] [nɜːv] [ænd; ənd] [breɪn] [fuːdz] .
account of their wonderful properties as nerve and brain foods .
帐户 的 他们的 精彩的 特性 作为 神经 和 脑 食物 .

但读者可以放心，由于它们具有极佳的滋养神经和大脑的功效，它们的价值是所要价格的十倍。

[ðə; ði] [prə'praiətə] [ɒv; əv] [ðiːz] [kən'kɒkʃ(ə)n] ['siːmɪŋli] ['flʌrɪʃ] [laɪk] [griːn] [beɪ] [triːz] [ænd; ənd]
The proprietors of these concoctions seemingly flourish like green bay trees and
这 业主 的 这些 混合物 似乎 繁荣 喜欢 绿色的 湾 树木 和
[spend] ['meni] [θ'aʊzændz] [ɒv; əv] [paʊndz] [pə(r)] ['ænəm] [ɪn] ['ædvətaɪzɪŋ] .
spend many thousands of pounds per annum in advertising .
花费 许多 数千 的 磅 每 年 在 广告 .

这些配方酒的拥有者似乎像绿月桂树一样茁壮成长，每年在广告上花费数千英镑。

[frɒm; frəm] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [di'djuːst] [ðæt] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] ['nɜːvəs] [ɪg'zɔːstʃən]
From which it may be deduced that sufferers from nervous exhaustion
从 哪个 它 可能 是 推断 那 受害者 从 紧张的 疲惫
[ænd; ənd] [breɪn] [fæg] ['nʌmbə(r)] [m'ɪliənz] .
and brain fag number millions .
和 脑 同性恋 数字 百万 .

由此可以推断，患有神经衰弱和脑力疲劳的人有数百万之多。

[ænd; ənd] ['ʃʊəli; 'ʃɔːli] ['əʊnli] [ə; eɪ] ['sʌfərə(r)] [frɒm; frəm] [breɪn] [fæg] [wʊd] ['sʌfə(r)] [hɪm'self] [tuː; tə] [biː; bi] [led]
And surely only a sufferer from brain fag would suffer himself to be led
和 一定 仅有的 一个 患者 从 脑 同性恋 会 遭受 他自己 到 是 引领
['blaɪndli] ['ɪntuː] ['weɪstɪŋ] [hɪz; ɪz] ['mʌni] ,
blindly into wasting his money ,
盲目地 进入 浪费 他的 钱 ,

只有脑子不好使的人才会任由自己被盲目地引诱去浪费钱财。

[ænd; ənd] [stɪl] ['fɜːðə(r)] ['ɪndʒərɪŋ] [hɪz; ɪz] [helθ] , [baɪ] ['baɪɪŋ] [ænd; ənd] ['swɒləʊɪŋ]
and still further injuring his health , by buying and swallowing
和 仍然 更远 受伤 他的 健康 , 经过 购买 和 吞咽

而且，他购买并吞食这些东西，进一步损害了他的健康。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 17]
[页 -]

[第17页]

[drʌgz] [ə'baʊt] [huːz] ['prɒpətiz] [ænd; ənd] [ɪ'fekts] [hiː; hi] [nəʊz] ['æbsəluːtli] ['nʌθɪŋ] .
drugs about whose properties and effects he knows absolutely nothing .
药物 关于 谁 特性 和 效果 他 知道 绝对地 没有什么 .

他对某些药物的特性和作用一无所知。

[haʊ] [mʌtʃ] ['sɪmplə] , [tʃiːpə] , [ænd; ənd] [mɔː(r)] [ɪn'dʒɔɪəb(ə)l] [tuː; tə] [iːt] ['æplz] !
How much simpler , cheaper , and more enjoyable to eat apples !
如何 很多 更简单 , 更便宜 , 和 更多的 令人愉悦 到 吃 苹果 !

吃苹果是多么简单、便宜、令人愉悦啊！

[ðə; ði]['æp(ə)l] [kən'teɪnz] [ə; eɪ]['lɑːdʒə(r)] [pə'sentɪdʒ] [ɒv; əv] ['fɒsfərəs] [ðæn; ðən]['eni]['ʌðə(r)][fruːt][ɔː(r)]
The apple contains a larger percentage of phosphorus than any other fruit or
这 苹果 包含 一个 更大的 百分比 的 磷 比 任何 其他 水果 或者
['vedʒtəb(ə)l] .
vegetable .
蔬菜 .

苹果所含磷量比任何其他水果或蔬菜都高。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n][ˌaɪ 'tiː][ɪz][æn; ən][ɪn'væljuəb(ə)l] [nɜːv] [ænd; ənd][breɪn] [fuːd] .
For this reason it is an invaluable nerve and brain food .
为了 这 原因 它 是 一个 无价 神经 和 脑 食物 .

因此，它对神经和大脑来说是一种非常宝贵的营养品。

['sʌfərə] [frɒm; frəm] [nɜːv] [ænd; ənd][breɪn] [ɪg'zɔːstʃən] [ʃʊd; ʃəd] [iːt] [æt; ət] [liːst] [tuː] ['æplz] [æt; ət]
Sufferers from nerve and brain exhaustion should eat at least two apples at
受害者 从 神经 和 脑 疲惫 应该 吃 在 至少 二 苹果 在
[ðə; ði] [bɪ'gɪnɪŋ] [ɒv; əv] [iːtʃ] [miːl] .
the beginning of each meal .
这 开始 的 每个 一顿饭 .

神经和大脑疲劳患者应该在每餐开始时至少吃两个苹果。

[æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][ə'vɔɪd] [tiː] [ænd; ənd] ['kɒfi] ,
At the same time they should avoid tea and coffee ,
在 这 相同的 时间 他们 应该 避免 茶 和 咖啡 ,

同时，他们应该避免饮用茶和咖啡。

[ænd; ənd] [sə'plaɪ] [ðeə(r)] [pleɪs] [wɪð] ['bɑːli] ['wɔːtə(r)][ɔː(r)][bræn] [tiː] ['fleɪvəd] [wɪð] ['lemən][dʒuːs] ,
and supply their place with barley water or bran tea flavoured with lemon juice ,
和 供应 他们的 地方 和 大麦 水 或者 麸 茶 调味 和 柠檬 汁 ,

并为他们提供大麦水或加柠檬汁调味的麸皮茶。

[ɔː(r)]['iːv(ə)n]['æp(ə)l] [tiː] .
or even apple tea .
或者 甚至 苹果 茶 .

或者甚至是苹果茶。

['æplz] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ][ɪn'væljuəb(ə)l][tuː; tə] ['sʌfərə] [frɒm; frəm][ðə; ði] [stəʊn] [ɔː(r)]['kælkjələs] .
Apples are also invaluable to sufferers from the stone or calculus .
苹果 是 还 无价 到 受害者 从 这 石头 或者 结石 .

苹果对患有肾结石或牙结石的患者来说也很有价值。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] [əb'zɜːvd] [ðæt] [ɪn]['saɪdə(r)] ['kʌntriz] [weə(r)] [ðə; ði]['nætʃ(ə)rəl] [ˌʌn'swiːtnd]
It has been observed that in cider countries where the natural unsweetened
它 有 到过 观察到 那 在 苹果酒 国家 在哪里 这 自然的 无糖
['saɪdə(r)][ɪz][ðə; ði] ['kɒmən] ['bevərɪdʒ] ,
cider is the common beverage ,
苹果酒 是 这 常见的 饮料 ,

据观察，在以天然无糖苹果酒为常见饮品的苹果酒产区，

[keɪsɪz][ɒv; əv][stəʊn][ɑː(r); ə(r)] ['præktɪkli] [ˌʌn'nəʊn] .
cases of stone are practically unknown .
案例 的 石头 是 几乎 未知 .

几乎没有结石病例。

[fuːd] - [rɪ'fɔːməz] [duː; də][nɒt] [dɪ'djuːs] [frɒm; frəm] [ðɪs] [ðæt] [ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] [ɒv; əv]['saɪdə(r)][ɪz][tuː; tə]
Food - reformers do not deduce from this that the drinking of cider is to
食物 - 改革者 做 不是 推断 从 这 那 这 喝 的 苹果酒 是 到
[biː; bi] [ˌrekə'mendɪd] ,
be recommended ,
是 受到推崇的 ,

食品改革者们并没有由此推断出应该推荐饮用苹果酒。

[bʌt; bət] [ðæt] ['iːv(ə)n]['betə(r)] [rɪ'zʌlts] [meɪ] [biː; bi] [əb'teɪnd] [frɒm; frəm] ['iːtɪŋ] [ðə; ði] [freʃ] , [raɪp] [fruːt] .
but that even better results may be obtained from eating the fresh , ripe fruit .
但 那 甚至 更好的 结果 可能 是 获得 从 吃 这 新鲜的 , 成熟 水果 .

但食用新鲜成熟的水果可能会获得更好的效果。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 18]
[页 -]

[第18页]

['æplz] [ˌpɪəri'ɒdɪkli] [ə'pɪə(r)] [ə'pɒn] [ðə; ði] ['teɪblz] [ɒv; əv] [kɑː'nɪvərəs] ['fiːdəs] [ɪn] [ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] ['æp(ə)l] [sɔːs] .
Apples periodically appear upon the tables of carnivorous feeders in the form of apple sauce .
苹果 定期 出现 之上 这 表格 的 食肉的 喂食器 在 这 形式 的 苹果 酱 .

苹果会以苹果酱的形式定期出现在食肉动物的喂食器上。

[ðɪs] [ə'kʌmp(ə)niz] ['bɪliəs] ['dɪʃɪz] [laɪk] [rəʊst] [pɔːk] [ænd; ənd] [rəʊst] [guːs] .
This accompanies bilious dishes like roast pork and roast goose .
这 伴随 胆汁 菜肴 喜欢 烤 猪肉 和 烤 鹅 .

这道菜通常搭配烤猪肉、烤鹅等口味辛辣的菜肴。

[ðə; ði] [kʊk] [huː] [set] [ðɪs] ['fæʃ(ə)n] [wɒz; wəz] ['evɪdəntli] [ə'kweɪntɪd] [wɪð] [ðə; ði]['ækʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] [fruːt] [ə'pɒn][ðə; ði]['lɪvə(r)] .
The cook who set this fashion was evidently acquainted with the action of the fruit upon the liver .
这 厨师 WHO 放 这 时尚 曾是 显然 熟人 和 这 行动 的 这 水果 之上 这 肝 .

开创这种风尚的厨师显然了解这种水果对肝脏的作用。

[ɔːl] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] ['slʌgɪʃ] ['lɪvər] [ʃʊd; ʃəd] [iːt] ['æplz] .
All sufferers from sluggish livers should eat apples .
全部 受害者 从 迟缓 肝脏 应该 吃 苹果 .

所有肝功能不佳的人都应该吃苹果。

['æplz] [wɪl] [ə'fɔːd] [mʌtʃ] [rɪ'liːf] [tuː; tə] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] [gaʊt] .
Apples will afford much relief to sufferers from gout .
苹果 将要 买得起 很多 宽慰 到 受害者 从 痛风 .

苹果能大大缓解痛风患者的症状。

[ðə; ði]['mælɪk]['æsɪd] [kən'teɪnd] [ɪn][ðem; ðəm] ['njuːtrəlaɪz] [ðə; ði] ['tʃɔːki] ['mætə(r)] [wɪtʃ] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] ['gaʊti] ['peɪʃənts] ['sʌfərɪŋz] .
The malic acid contained in them neutralises the chalky matter which causes the gouty patient's sufferings .
这 恶意 酸 包含 在 他们 中和 这 粉笔 事情 哪个 原因 这 痛风 患者 苦难 .

其中所含的苹果酸可以中和引起痛风患者痛苦的白垩质物质。

['æplz] , [wen] ['iːt(ə)n] [raɪp] [ænd; ənd] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði] [ə'dɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['ʃʊgə(r)] , [dɪ'mɪnɪʃ] [ə'sɪdəti] [ɪn] [ðə; ði] ['stʌmək] .
Apples , when eaten ripe and without the addition of sugar , diminish acidity in the stomach .
苹果 , 什么时候 吃 成熟 和 没有 这 添加 的 糖 , 减少 酸度 在 这 胃 .

苹果成熟后不加糖食用，可以降低胃酸。

['sɜːt(ə)n] ['vedʒtəb(ə)l][sɔːlts; sɒlts][ɑː(r); ə(r)] [kən'vɜːtɪd] ['ɪntuː]['ælkəlaɪn]['kɑːbəˌneɪts; 'kɑːbənɪts] , [ænd; ənd]
Certain vegetable salts are converted into alkaline carbonates , and
肯定 蔬菜 盐 是 转换 进入 碱性 碳酸盐 , 和
[ðʌs] [kə'rekt] [ðə; ði][ə'sɪdəti] .
thus correct the acidity .
因此 正确的 这 酸度 .

某些植物盐类会转化为碱性碳酸盐，从而纠正酸度。

[æn; ən][əʊld] ['remədi] [fɔː(r); fə(r)] [wiːk] [ɔː(r)] [ɪn'fleɪmd] [aɪz] [ɪz][æn; ən]['æp(ə)l] ['pəʊltɪs] .
An old remedy for weak or inflamed eyes is an apple poultice .
一个 老的 补救 为了 虚弱的 或者 发炎的 眼睛 是 一个 苹果 药膏 .

治疗眼部虚弱或发炎的古老方法是用苹果敷剂。

[ai][ˌeɪ 'em][təʊld] [ðæt] [ɪn] ['læŋkəˌʃɪə(r)] [ðeɪ] [juːz]['rɒt(ə)n] ['æplz] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] ,
I am told that in Lancashire they use rotten apples for this purpose ,
我 是 讲述 那 在 兰开夏郡 他们 使用 烂 苹果 为了 这 目的 ,

我听说兰开夏郡的人用烂苹果来做这件事。

[bʌt; bət] ['pɜːsənəli] [ai][ʃʊd; ʃəd][prɪ'fɜː(r)][ðem; ðəm] [saʊnd] .
but personally I should prefer them sound .
但 亲自 我 应该 更喜欢 他们 声音 .

但我个人还是更喜欢声音好的。

[ə; eɪ] [gʊd] ['remədi] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][sɔː(r)][ɔː(r)] [rɪ'lækst] [θrəʊt] [ɪz][tuː; tə] [teɪk] [ə; eɪ] [rɔː] [raɪp]['æp(ə)l]
A good remedy for a sore or relaxed throat is to take a raw ripe apple
一个 好的 补救 为了 一个 疮 或者 轻松 喉 是 到 拿 一个 生的 成熟 苹果
[ænd; ənd]
and
和

治疗喉咙痛或喉咙发紧的好方法是吃一个生的熟苹果。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 19]
[页 -]

[第19页]

[skreɪp] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ə; eɪ] [faɪn] [pʌlp] [wɪð] [ə; eɪ]['sɪlvə(r)] ['tiːspuːn] .
scrape it to a fine pulp with a silver teaspoon .
刮 它 到 一个 美好的 纸浆 和 一个 银 茶匙 .

用银质茶匙将其刮成细腻的糊状。

[iːt] [ðɪs] [pʌlp] [baɪ][ðə; ði] ['spuːnfʊl] , ['veri] ['sləʊli] ,
Eat this pulp by the spoonful , very slowly ,
吃 这 纸浆 经过 这 一勺 , 非常 缓慢地 ,

用勺子慢慢地把这些果肉吃掉。

['həʊldɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ə'genst] [ðə; ði] [bæk] [ɒv; əv][ðə; ði] [θrəʊt] [æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz]['pɒsəb(ə)l][bɪ'fɔː(r)]
holding it against the back of the throat as long as possible before
保持 它 反对 这 后退 的 这 喉 作为 长的 作为 可能的 前
['swɒləʊɪŋ] .
swallowing .
吞咽 .

吞咽前，尽可能长时间地将食物抵在喉咙后部。

[ə; eɪ]['daɪət] [kən'sɪstɪŋ] ['tʃiːfli] [ɒv; əv] ['æplz] [hæz; həz] [biːn] [faʊnd] [æn; ən] ['eksələnt] [kjʊə(r)][fɔː(r); fə(r)]
A diet consisting chiefly of apples has been found an excellent cure for
一个 饮食 由 主要 的 苹果 有 到过 成立 一个 出色的 治愈 为了
[ɪnɪ'braɪəti] .
inebriety .
醉酒 .

人们发现，以苹果为主的饮食是治疗醉酒的极佳方法。

[helθ] [ænd; ənd] [streŋθ] [meɪ] [biː; bi] ['fʊli] [meɪn'teɪnd] [ə'pɒn] [faɪn] ['həʊlmiːl] [ˌʌn'lev(ə)nd] [bred] ,
Health and strength may be fully maintained upon fine wholemeal unleavened bread ,
健康 和 力量 可能 是 完全 维持 之上 美好的 全麦 无酵饼 面包 ，
[pjʊə(r)]['deəri][ɔː(r)] [nʌt] ['bʌtə(r)] ,
pure dairy or nut butter ,
纯的 奶制品 或者 坚果 黄油 ，

食用优质全麦无酵饼、纯乳制品或坚果酱，即可完全维持健康和体力。

[ænd; ənd] ['æplz] .
and apples .
和 苹果 .

还有苹果。

['æp(ə)l]['wɔːtə(r)][ɔː(r)]['æp(ə)l] [tiː] [ɪz][æn; ən] ['eksələnt] [drɪŋk] [fɔː(r); fə(r)]['fiːvə(r)]['peɪʃ(ə)nts] .
Apple water or apple tea is an excellent drink for fever patients .
苹果 水 或者 苹果 茶 是 一个 出色的 喝 为了 发烧 患者 .

苹果水或苹果茶是发烧病人极好的饮品。

['æplz] [pə'zes] ['tɒnɪk] ['prɒpətiz] [ænd; ənd] [prə'vəʊk] ['æpɪtaɪt] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] .
Apples possess tonic properties and provoke appetite for food .
苹果 具有 补品 特性 和 惹 食欲 为了 食物 .

苹果具有滋补功效，还能增进食欲。

[hens] [ðə; ði][əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] ['kʌstəm] [ɒv; əv] ['iːtɪŋ] [æn; ən]['æp(ə)l] [bɪ'fɔː(r)] ['dɪnə(r)] .
Hence the old - fashioned custom of eating an apple before dinner .
因此 这 老的 - 造型 风俗 的 吃 一个 苹果 前 晚餐 .

因此才有了饭前吃苹果的古老习俗。

['æp(ə)l] [tiː] .
Apple Tea .
苹果 茶 .

苹果茶。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] [gʊd] ['resəpɪz] [fɔː(r); fə(r)]['æp(ə)l] [tiː] : — ([wʌn]) [teɪk] [ˌtuː'tuː] [saʊnd]
The following are two good recipes for apple tea : — (1) Take 2 sound
这 下列的 是 二 好的 食谱 为了 苹果 茶 : — (1) 拿 2 声音
['æplz] ,
apples ,
苹果 ，

以下是两种不错的苹果茶配方：——（1）取2个完好的苹果，

[wɒʃ] , [bʌt; bət][duː; də][nɒt] [piːl] , [ænd; ənd] [kʌt] ['ɪntuː] [θɪn] ['slaɪsɪz] .
wash , but do not peel , and cut into thin slices .
洗 ， 但 做 不是 果皮 ， 和 切 进入 薄的 切片 .

洗净，但不要去皮，切成薄片。

[ˌeɪ diː 'diː][sʌm; səm] [strɪps] [ɒv; əv] ['lemən] [raɪnd] .
Add some strips of lemon rind .
添加 一些 条状物 的 柠檬 果皮 .

加入一些柠檬皮条。

[pɔː(r)][ɒn][wʌn][paɪnt][ɒv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] ([dɪ'stɪld]) .
Pour on 1 pint of boiling water (distilled) .
倒 在 1 品脱 的 沸腾 水 (蒸馏) .

倒入 1 品脱沸水（蒸馏水）。

[streɪn] [wen] [kəʊld] .
Strain when cold .
拉紧 什么时候 寒冷的 .

冷却后过滤。

([ˌtuː'tuː]) [beɪk] [ˌtuː'tuː] ['æplz] .
(2) Bake 2 apples .
(2) 烤 2 苹果 .

（2）烤2个苹果。

[pɔː(r)]['əʊvə(r)][ðem; ðəm][wʌn][paɪnt] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] .
Pour over them 1 pint boiling water .
倒 超过 他们 1 品脱 沸腾 水 .

向它们上面浇1品脱沸水。

[streɪn] [wen] [kəʊld] .
Strain when cold .
拉紧 什么时候 寒冷的 .

冷却后过滤。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 20]
[页 -]

[第20页]

[ə'spærəgəs] .
Asparagus .
芦笋 .

芦笋。

[ə'spærəgəs] [ɪz] [sed] [tuː; tə] ['streŋ(k)θn] [ænd; ənd] [dɪ'veləp] [ðə; ði] [ɑː'tɪstɪk] ['fæk(ə)ltɪz] .
Asparagus is said to strengthen and develop the artistic faculties .
芦笋 是 说 到 加强 和 发展 这 艺术 学院 .

据说芦笋能增强和发展艺术才能。

[ˌaɪ 'tiː]['ɔːlsəʊ][kɑːm, kɑːlm] [ˌpælpɪ'teɪʃən] [ɒv; əv][ðə; ði] [hɑːt] .
It also calms palpitation of the heart .
它 还 平静 心悸 的 这 心 .

它还能缓解心悸。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['veri] ['helpf(ə)l][tuː; tə] [ru'mætɪk] ['peɪʃ(ə)nts][ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ɪts][sɔːlts; sɒlts][ɒv; əv] ['pɒtæʃ] .
It is very helpful to rheumatic patients on account of its salts of potash .
它 是 非常 有帮助 到 风湿病 患者 在 帐户 的 它是 盐 的 钾肥 .

由于含有钾盐，它对风湿病患者非常有益。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [stiːmd] , [nɒt] [bɔɪld] , ['ʌðəwaɪz] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði]['væljuəb(ə)l][sɔːlts; sɒlts]
It should be steamed , not boiled , otherwise part of the valuable salts
它 应该 是 蒸 , 不是 煮沸 , 否则 部分 的 这 有价值的 盐
[ɑː(r); ə(r)] [lɒst] .
are lost .
是 丢失的 .

应该用蒸的方式烹饪，而不是用煮的方式，否则会损失一部分珍贵的盐分。

[bə'nɑːnə] .
Banana .
香蕉 .

香蕉。

[ðə; ði][bə'nɑːnə][ɪz][ɪn'væljuəb(ə)l][ɪn] [ˌɪnflə'meɪʃ(ə)n] [ɒv; əv][ɔːl][kaɪndz] .
The banana is invaluable in inflammation of all kinds .
这 香蕉 是 无价 在 炎 的 全部 种类 .

香蕉对各种炎症都有极好的疗效。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['veri] ['juːsf(ə)l][ɪn][keɪsɪz][ɒv; əv] ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] , [gæ'straɪtɪs] ,
For this reason it is very useful in cases of typhoid fever , gastritis ,
为了 这 原因 它 是 非常 有用 在 案例 的 伤寒 发烧 , 胃炎 ,

因此，它在治疗伤寒、胃炎等疾病方面非常有用。

[ˌperɪtə'naɪtɪs] , [ˌet 'setərə; ɪt 'setərə] . , [ænd; ənd] [meɪ] ['kɒnstɪtjuːt] [ðə; ði] ['əʊnli] [fuːd] [ə'laʊd] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [taɪm] .
peritonitis , etc . , and may constitute the only food allowed for a time .
腹膜炎 , ETC . , 和 可能 构成 这 仅有的 食物 允许 为了 一个 时间 .

腹膜炎等疾病，并且可能在一段时间内成为唯一允许食用的食物。

[nɒt] ['əʊnli] [dʌz] [ˌaɪ 'tiː] ['æktʃuəli] [səb'djuː] [ðə; ði] [ˌɪnflə'meɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] , [bʌt; bət] ,
Not only does it actually subdue the inflammation of the intestines , but ,
不是 仅有的 做 它 实际上 征服 这 炎 的 这 肠子 , 但 ,

它不仅能有效抑制肠道炎症，而且，

[ɪn] [ðə; ði] [ə'pɪnjən] [ɒv; əv] [æt; ət] [liːst] [wʌn] [ɔː'θɒrəti] , [æz; əz] [ˌaɪ 'tiː] [kən'sɪsts] [ɒv; əv] - [pə(r)] [sent] .
in the opinion of at least one authority , as it consists of 95 per cent .
在 这 观点 的 在 至少 一 权威 , 作为 它 由 的 - 每 中心 .

至少有一位权威人士认为，它占了 95%。

['njuːtrɪmənt] , [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt] [pə'zes] [sə'fɪʃ(ə)nt] [weɪst] ['mætə(r)] [tuː; tə] ['ɪrɪteɪt] [ðə; ði] [ɪn'fleɪmd] [spɒts] . : .
nutriment , it does not possess sufficient waste matter to irritate the inflamed spots :
营养 , 它 做 不是 具有 充足的 浪费 事情 到 刺激 这 发炎的 地点 .

它营养丰富，但代谢废物不足以刺激发炎部位。

[bʌt; bət] [greɪt] [keə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['teɪkən] [ɪn] [ɪts] [ədˌmɪnɪ'streɪʃ(ə)n] .
But great care should be taken in its administration .
但 伟大的 关心 应该 是 已采取 在 它是 行政 .

但在管理方面必须格外谨慎。

[ðə; ði] [bə'nɑːnə] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['θʌrəli] [saʊnd] [ænd; ənd] [raɪp] ,
The banana should be thoroughly sound and ripe ,
这 香蕉 应该 是 彻底 声音 和 成熟 ,

香蕉应该完全成熟且完好无损。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 21]
[页 -]

[第21页]

[ænd; ənd] [ɔːl] [ðə; ði] ['strɪŋi] ['pɔːʃ(ə)n] ['keəfəli] [rɪ'muːvd] .
and all the stringy portion carefully removed .
和 全部 这 细丝 部分 小心 已移除 .

并仔细去除所有纤维状部分。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [ðen] [biː; bi] [mæʃt] [ænd; ənd] ['biːt(ə)n] [tuː; tə] [ə; eɪ] [kriːm] .
It should then be mashed and beaten to a cream .
它 应该 然后 是 捣碎 和 被打败 到 一个 奶油 .

然后将其捣碎并搅打成奶油状。

[ɪn] [sɪ'vɪə(r)] [keɪsɪz] [ai] [θɪŋk] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['betə(r)] [tuː; tə] [gɪv] [ðɪs] [niːt] ,
In severe cases I think it is better to give this neat ,
在 严重 案例 我 思考 它 是 更好的 到 给 这 整洁的 ,

在严重的情况下，我认为最好还是这样处理。

[bʌt; bət] [ɪf] [nɒt] [laɪkt] [baɪ] [ðə; ði] ['peɪʃ(ə)nt] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['lemən] [dʒuːs] , [wel] [mɪkst] [ɪn] ,
but if not liked by the patient a little lemon juice , well mixed in ,
但 如果 不是 喜欢 经过 这 病人 一个 小的 柠檬 汁 , 出色地 混合 在 ,

但如果病人不喜欢这种口味，可以加一点柠檬汁，充分搅拌均匀。

[meɪ] ['rendə(r)][ˌaɪ 'tiː][mɔː(r)][ək'septəb(ə)l] .
may render it more acceptable .
可能 使成为 它 更多的 可接受 .

或许能使其更容易被接受。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['ɔːlsəʊ][biː; bi]['teɪkən] [wɪð] [freʃ] [kriːm] .
It may also be taken with fresh cream .
它 可能 还 是 已采取 和 新鲜的 奶油 .

也可以和鲜奶油一起服用。

[ə; eɪ] [frend] [huː] [hæz; həz][hæd; həd][ə; eɪ] ['veri] [waɪd] [ɪk'spɪəriəns] [ɪn] ['ɪlnəs] [təʊld][ˌem 'iː] [ðæt] [ʃiː; ʃi]
A friend who has had a very wide experience in illness told me that she
一个 朋友 WHO 有 有 一个 非常 宽的 经验 在 疾病 讲述 我 那 她
[wɒz; wəz][wʌns] ['hʌrɪdli] [sent][fɔː(r); fə(r)][æt; ət] [naɪt] [tuː; tə][ə; eɪ][gɜːl] ['sʌfərɪŋ] [frɒm; frəm]
was once hurriedly sent for at night to a girl suffering from
曾是 一次 匆匆 发送 为了 在 夜晚 到 一个 女孩 痛苦 从
[ˌperɪtə'naɪtɪs] .
peritonitis .
腹膜炎 .

一位在疾病方面经验丰富的朋友告诉我，她曾经在夜里被紧急召去照顾一位患有腹膜炎的女孩。

[nɒt] ['nəʊɪŋ] [wɒt] [ʃiː; ʃi] [mait] , [ɔː(r)] [mait] [nɒt] ,
Not knowing what she might , or might not ,
不是 会心 什么 她 可能 , 或者 可能 不是 ,

不知道她可能会做什么，也可能不会做什么

[faɪnd][ɪn][ðə; ði] [wei] [ɒv; əv] ['remədiz] [wen] [ʃiː; ʃi] [ə'raɪvd] [æt; ət][hɜː(r); hə(r)] [ˌdestɪ'neɪʃn] ,
find in the way of remedies when she arrived at her destination ,
寻找 在 这 方式 的 补救措施 什么时候 她 到达的 在 她 目的地 ,

当她到达目的地时，她发现有很多补救措施。

[maɪ] [frend] [tʊk] [wɪð] [hɜː(r); hə(r)][sʌm; səm] [strɒŋ] ['bɑːli] ['wɔːtə(r)] , [bə'nɑːnəz] , [ænd; ənd][æn; ən]
my friend took with her some strong barley water , bananas , and an
我的 朋友 采取 和 她 一些 强的 大麦 水 , 香蕉 , 和 一个
['enəmə] [sɪ'rɪndʒ] .
enema syringe .
灌肠 注射器 .

我的朋友带了一些浓大麦水、香蕉和灌肠器。

[ʃiː; ʃi] [faʊnd] [ðə; ði] [gɜːl] ['laɪɪŋ] [ə'krɒs] [ðə; ði] [bed] ['skriːmɪŋ] , ['ɒbviəsli] [ɪn] ['ægəni] .
She found the girl lying across the bed screaming , obviously in agony .
她 成立 这 女孩 说谎 穿过 这 床 尖叫 , 明显地 在 痛苦 .

她发现女孩横躺在床上尖叫，显然非常痛苦。

[fɜːst] [ɒv; əv][ɔːl][maɪ] [frend] [əd'mɪnɪstəd] [ə; eɪ] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] ['enəmə] .
First of all my friend administered a warm water enema .
第一的 的 全部 我的 朋友 管理 一个 温暖的 水 灌肠 .

首先，我的朋友给我进行了温水灌肠。

[ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv] [pleɪn] [wɔːm] ['wɔːtə(r)][wɒz; wəz][ɪn'dʒektɪd] [fɜːst] ,
A pint of plain warm water was injected first ,
一个 品脱 的 清楚的 温暖的 水 曾是 注射 第一的 ,

首先注入一品脱温水，

[ænd; ənd]['ɑːftə(r)] [ðɪs] [hæd; həd] [kʌm] [ə'weɪ] [æz; əz] [mʌtʃ] [wɔːm] ['wɔːtə(r)][æz; əz][kʊd; kəd][biː; bi][gɒt] [ɪn]
and after this had come away as much warm water as could be got in
和 后 这 有 来 离开 作为 很多 温暖的 水 作为 可以 是 得到 在
[wɒz; wəz][ɪn'dʒektɪd][ænd; ənd] [ðen] [ə'laʊd] [tuː; tə] [kʌm] [ə'weɪ] .
was injected and then allowed to come away .
曾是 注射 和 然后 允许 到 来 离开 .

之后，尽可能多地注入温水，然后让温水流出。

[ðə; ði]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt][ɒv; əv] [ðɪs] [wɒz; wəz][tuː; tə] ['θʌrəli] [wɒʃ] [aʊt]
The object of this was to thoroughly wash out
这 目的 的 这 曾是 到 彻底 洗 出去

这样做的目的是彻底清洗

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 22]
[页 -]

[第22页]

[ðə; ði] ['baʊəlz] .
the bowels .
这 肠道 .

肠道。

[ðen] [ðə; ði] ['bɑːli] ['wɔːtə(r)][wɒz; wəz] [wɔːm] , [ðə; ði][bə'nɑːnəz] [mæʃt] , ['biːt(ə)n][tuː; tə] [kriːm] ,
Then the barley water was warmed , the bananas mashed , beaten to cream ,
然后 这 大麦 水 曾是 温暖 , 这 香蕉 捣碎 , 被打败 到 奶油 ,

然后将大麦水加热，香蕉捣成泥，打成奶油状。

[ænd; ənd] [mɪkst] [ɪn] [wɪð] [ðə; ði] ['bɑːli] ['wɔːtə(r)] .
and mixed in with the barley water .
和 混合 在 和 这 大麦 水 .

与大麦水混合。

[ə; eɪ] ['suːðɪŋ] ['njuːtriənt] ['ləʊʃn] [wɒz; wəz] [ðʌs] [prɪ'peəd] ,
A soothing nutrient lotion was thus prepared ,
一个 舒缓 养分 洗剂 曾是 因此 准备 ,

由此制成了一种舒缓营养乳液。

[ænd; ənd][æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt][kʊd; kəd][beə(r)]['kʌmftəbli; 'kʌmfətəbli][wɒz; wəz][ɪn'dʒektɪd]
and as much as the patient could bear comfortably was injected
和 作为 很多 作为 这 病人 可以 熊 舒适地 曾是 注射
[ɪn][ðə; ði] ['baʊəl] [ænd; ənd] [rɪ'teɪnd] [æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz]['pɒsəb(ə)l] .
in the bowel and retained as long as possible .
在 这 肠 和 保留 作为 长的 作为 可能的 .

尽可能多地将药物注入肠道，使患者能够舒适地承受，并尽可能长时间地保留在肠道内。

[ðə; ði] [ɪ'fekt] [wɒz; wəz]['mædʒɪk(ə)l] .
The effect was magical .
这 影响 曾是 神奇 .

效果简直太神奇了。

[ðə; ði][peɪn] [səb'saɪd] , [ænd; ənd][ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt] ['ʌltɪmətli] [rɪ'kʌvəd] .
The pain subsided , and the patient ultimately recovered .
这 疼痛 平静下来 , 和 这 病人 最终 恢复 .

疼痛逐渐消退，患者最终康复。

[ɪn][ðə; ði] ['æbsəns] [ɒv; əv] ['pɜːfɪktli] [raɪp] [bə'nɑːnəz] , [beɪkt] [bə'nɑːnəz] [meɪ] [biː; bi] [juːst] .
In the absence of perfectly ripe bananas , baked bananas may be used .
在 这 缺席 的 完美 成熟 香蕉 , 烘焙 香蕉 可能 是 用过的 .

如果没有完全成熟的香蕉，也可以使用烤香蕉。

[bʌt; bət] , [ɔːl'ðəʊ] ['betə(r)][ðæn; ðən][nəʊ] [fruːt] [æt; ət][ɔːl] ,
But , although better than no fruit at all ,
但 , 虽然 更好的 比 不 水果 在 全部 ,

但是，虽然总比没有水果好，

[kʊkt] [fruːt] [ɪz] ['nevə(r)] [səʊ] ['væljuəb(ə)l] [æz; əz] [ðə; ði] [freʃ] [fruːt] , [ɪf] ['əʊnli] [ðə; ði] ['lætə(r)] [biː; bi]
cooked fruit is never so valuable as the fresh fruit , if only the latter be
煮熟 水果 是 绝不 所以 有价值的 作为 这 新鲜的 水果 , 如果 仅有的 这 后者 是
['pɜːfɪktli] [raɪp] .
perfectly ripe .
完美 成熟 .

煮熟的水果永远不如新鲜的水果有价值，前提是后者必须完全成熟。

[bə'nɑːnəz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [beɪkt] [ɪn] [ðeə(r)] [skɪnz] , [ænd; ənd] [ðə; ði] ['strɪŋi] ['piːsɪz] ['keəfəli] [rɪ'muːvd]
Bananas should be baked in their skins , and the stringy pieces carefully removed
香蕉 应该 是 烘焙 在 他们的 皮肤 , 和 这 细丝 件 小心 已移除
[bɪ'fɔː(r)] ['iːtɪŋ] .
before eating .
前 吃 .

香蕉应该带皮烘烤，食用前小心地去除纤维部分。

[frɒm; frəm] ['twenti] ['mɪnɪts] [tuː; tə] [hɑːf] [æn; ən] ['aʊərz] [sləʊ] ['kʊkɪŋ] [ɪz] [rɪ'kwaɪəd] .
From twenty minutes to half an hour's slow cooking is required .
从 二十 分钟 到 一半 一个 小时 慢的 烹饪 是 必需的 .

需要慢炖二十分钟到半小时。

[bə'nɑːnəz] [ɑː(r); ə(r)] ['eksələnt] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)] [pˈɜːsənz] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['aɪən] [ðeɪ]
Bananas are excellent food for anæmic persons on account of the iron they
香蕉 是 出色的 食物 为了 贫血 人 在 帐户 的 这 铁 他们
[kən'teɪn] .
contain .
包含 .

香蕉富含铁，是贫血患者的理想食物。

[ə; eɪ] ['veri] ['pælətəb(ə)l] [wei] [ɒv; əv] ['teɪkɪŋ] [ðem; ðəm] [ɪz] [wɪð] [freʃ] ['ɒrɪndʒ] [dʒuːs] .
A very palatable way of taking them is with fresh orange juice .
一个 非常 可口的 方式 的 采取 他们 是 和 新鲜的 橙子 汁 .

用鲜榨橙汁送服是一种非常美味的食用方法。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 23]
[页 -]

[第23页]

[ə; eɪ] [kəm'pærətɪvli] [əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] ['remədi] ,
A comparatively old - fashioned remedy ,
一个 比较 老的 - 造型 补救 ,

一种相对老式的疗法，

[fɔː(r); fə(r)] [spreɪnd] [ɔː(r)] [bruːzd] ['pleɪsɪz] [ðæt] [ʃəʊ] [ə; eɪ] ['tendənsi] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [ɪn'fleɪmd] [ɪz]
for sprained or bruised places that show a tendency to become inflamed is
为了 扭伤 或者 瘀伤 地方 那 展示 一个 趋势 到 变得 发炎的 是
[tuː; tə] [ə'plai] [ə; eɪ] ['plɑːstə(r)] [ɒv; əv] [bə'nɑːnə] [skɪn] .
to apply a plaster of banana skin .
到 申请 一个 石膏 的 香蕉 皮肤 .

对于扭伤或瘀伤处容易发炎的情况，可以用香蕉皮膏药敷在患处。

['bɑːli] .
Barley .
大麦 .

大麦。

['bɑːli] [ɪz] ['eksələnt] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [ænd; ənd] ['nɜːvəs] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ɪts] ['rɪtʃnəs] [ɪn]['aɪən][ænd; ənd] [fɒs'fɒrɪk] ['æsɪd] .

Barley is excellent food for the anæmic and nervous on account of its richness in iron and phosphoric acid .

大麦 是 出色的 食物 为了 这 贫血 和 紧张的 在 帐户 的 它是 丰富 在 铁 和 磷酸 酸 .

大麦富含铁和磷酸，是贫血和神经衰弱患者的极佳食物。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['ɔːlsəʊ]['juːsf(ə)l][ɪn] ['fiːvə] [ænd; ənd][ɔːl] [ɪn'flæmət(ə)ri] [dɪ'ziːzɪz] , [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ɪts] ['suːðɪŋ] ['prɒpətiz] .

It is also useful in fevers and all inflammatory diseases , on account of its soothing properties .

它 是 还 有用 在 发烧 和 全部 炎症 疾病 , 在 帐户 的 它是 舒缓 特性 .

由于它具有舒缓作用，因此对发烧和所有炎症性疾病也有效。

[frɒm; frəm][ðə; ði] ['ɜːliɪst] [taɪmz] ['bɑːli] ['wɔːtə(r)][hæz; həz] [biːn] [ðə; ði] [ɹ'ɛkəgnˌaɪzd] [drɪŋk] [ɒv; əv][ðə; ði] [sɪk] .

From the earliest times barley water has been the recognised drink of the sick .

从 这 最早 时代 大麦 水 有 到过 这 已确认 喝 的 这 生病的 .

自古以来，大麦水就被认为是病人的饮品。

['bɑːli] ['wɔːtə(r)] .

Barley Water .

大麦 水 .

大麦水。

[wen] ['juːzɪŋ] [pɜːl] ['bɑːli] [fɔː(r); fə(r)] ['meɪkɪŋ] ['bɑːli] ['wɔːtə(r)][ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [wel] [wɒʃt] .

When using pearl barley for making barley water it must be well washed .

什么时候 使用 珍珠 大麦 为了 制作 大麦 水 它 必须 是 出色地 洗过 .

用珍珠大麦制作大麦水时，必须将其彻底洗净。

[ðə; ði] [faɪn] [waɪt] [dʌst] [ðæt] [əd'hiəz] [tuː; tə][ˌaɪ 'tiː][ɪz][məʊst] [ˌʌn'həʊlsəm] .

The fine white dust that adheres to it is most unwholesome .

这 美好的 白色的 灰尘 那 粘着 到 它 是 最多 不健康的 .

附着在其表面的白色细粉尘非常不卫生。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðə; ði] [kʊk] [ɪz]['dʒen(ə)rəli][daɪ'rɛktɪd][tuː; tə][fɜːst] [bɔɪl] [ðə; ði] ['bɑːli] [fɔː(r); fə(r)] [faɪv] ['mɪnɪts] ,

For this reason the cook is generally directed to first boil the barley for five minutes ,

为了 这 原因 这 厨师 是 一般来说 指导 到 第一的 熬 这 大麦 为了 五 分钟 ,

因此，厨师通常被要求先将大麦煮五分钟。

[ænd; ənd] [θrəʊ] [ðɪs] ['wɔːtə(r)] [ə'weɪ] .

and throw this water away .

和 扔 这 水 离开 .

把这些水倒掉。

[bʌt; bət][ɪn] [ðɪs] [wei] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['væljuəb(ə)l] ['prɒpətiz] [ɑː(r); ə(r)] [θrəʊn] [ə'weɪ] [wɪð] [ðə; ði] [dɜːt] .

But in this way some of the valuable properties are thrown away with the dirt .

但 在 这 方式 一些 的 这 有价值的 特性 是 抛掷 离开 和 这 污垢 .

但这样一来，一些有价值的东西就和泥土一起被丢弃了。

[ðə; ði] [best] [rɪ'zʌlts] [ɑ:(r); ə(r)]
The best results are
这 最好的 结果 是

最佳结果是

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[Pg 24]
[页 -]

[第24页]

[əb'teɪnd] [baɪ] [wel] ['wɒʃɪŋ] [ˌaɪ 'ti:][ɪn][kəʊld]['wɔ:tə(r)] , [bʌt; bət] [ðɪs] [mʌst; məst][bi:; bi] [dʌn] ['əʊvə(r)]
obtained by well washing it in cold water , but this must be done over
获得 经过 出色地 洗涤 它 在 寒冷的 水 , 但 这 必须 是 完毕 超过
[ænd; ənd]['əʊvə(r)] [ə'gen] .
and over again .
和 超过 再次 .

用冷水反复冲洗即可获得，但这必须反复进行。

[hɑ:f] - [ə; eɪ] - ['dʌz(ə)n] ['wɔ:təz] [wɪl] [nɒt][bi:; bi] [tu:] ['meni] .
Half - a - dozen waters will not be too many .
一半 - 一个 - 打 水 将要 不是 是 也 许多 .

六个水体并不算多。

['ɑ:ftə(r)][ðə; ði][lɑ:st] ['wɒʃɪŋ] [ðə; ði]['wɔ:tə(r)][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] ['pɜ:fɪktli] [klɪə(r)] .
After the last washing the water should be perfectly clear .
后 这 最后的 洗涤 这 水 应该 是 完美 清除 .

最后一次清洗后，水应该完全清澈。

[wen] ['bɑ:li] ['wɔ:tə(r)][ɪz] ['bi:ɪŋ] [ju:st] [fɔ:(r); fə(r)]['kjʊərətɪv] [p'ɜ:pəsɪz] [ˌaɪ 'ti:][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [strɒŋ] .
When barley water is being used for curative purposes it should be strong .
什么时候 大麦 水 是 存在 用过的 为了 治疗 目的 它 应该 是 强的 .

当大麦水用于治病时，其浓度应该较高。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['resəpi][ɪz][æn; ən] ['eksələnt] [wʌn] .
The following recipe is an excellent one .
这 下列的 食谱 是 一个 出色的 一 .

以下食谱非常棒。

[ə; eɪ] ½ [paɪnt][ɒv; əv] ['bɑ:li] [tu:; tə] 2½ [paɪnts]['wɔ:tə(r)] ([dɪ'stɪld] [ɪf] ['pɒsəb(ə)l]) .
A ½ pint of barley to 2½ pints water (distilled if possible) .
一个 ½ 品脱 的 大麦 到 2½ 品脱 水 (蒸馏 如果 可能的) .

½ 品脱大麦兑 2½ 品脱水（最好是蒸馏水）。

[bɔɪl] [fɔ:(r); fə(r)] [θri:] ['aʊəz] , [ɔ:(r)] [ʌn'tɪl] [rɪ'dju:st] [tu:; tə][ˌtu:'tu:][paɪnts] .
Boil for three hours , or until reduced to 2 pints .
熬 为了 三 小时 , 或者 直到 减少 到 2 品脱 .

煮三个小时，或直至汤汁减少至 2 品脱。

[streɪn] [ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][fɔ:r] ['ti:spu:n,ful] [freʃ] ['lemən] [dʒu:s] .
Strain and add 4 teaspoonfuls fresh lemon juice .
拉紧 和 添加 4 茶匙 新鲜的 柠檬 汁 .

过滤后加入 4 茶匙新鲜柠檬汁。

['swi:tn] [tu:; tə] [teɪst] [wɪð] [pjʊə(r)] [keɪn] ['ʃʊgə(r)] .
Sweeten to taste with pure cane sugar .
甜味剂 到 品尝 和 纯的 甘蔗 糖 .

根据个人口味加入纯蔗糖调味。

[faɪn] [skɒtʃ] ['bɑːli] [ɪz][tuː; tə][biː; bi] [prɪ'fɜːd] [tuː; tə][ðə; ði] [pɜːl] ['bɑːli] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi]
Fine Scotch barley is to be preferred to the pearl barley if it can be
美好的苏格兰威士忌 大麦 是 到 是 首选 到 这 珍珠 大麦 如果 它 能 是
[əb'teɪnd] .
obtained .
获得 .

如果能获得优质苏格兰大麦，最好选择优质苏格兰大麦而不是珍珠大麦。

['blækbəri] .
Blackberry .
黑莓 .

黑莓。

[freʃ] ['blækbəriz] [ɑː(r); ə(r)][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði][məʊst] [ɪ'fektʃuəl] [kj'ɔːz] [fɔː(r); fə(r)] [nəʊn] .
Fresh blackberries are one of the most effectual cures for diarrhœa known .
新鲜的 黑莓 是 一 的 这 最多 有效的 治愈 为了 腹泻 已知 .

新鲜黑莓是已知最有效的腹泻治疗方法之一。

['mɪstə(r)] . ['brɔːdˌbɛnt] ['rekɔːdz] [ðə; ði] [keɪs] [ɒv; əv][ə; eɪ][tʃaɪld] [huː] [wɒz; wəz] [kjʊəd] [baɪ] ['iːtɪŋ] [æn; ən]
Mr . Broadbent records the case of a child who was cured by eating an
先生 . 布罗德本特 记录 这 案件 的 一个 孩子 WHO 曾是 治愈 经过 吃 一个
[ə'bʌndəns] [ɒv; əv] ['blækbəriz] ['ɑːftə(r)][faɪv]['dɑːktərz][hæd; həd][traɪd] [ɔːl][ðə; ði] [nəʊn] ['remədiz] [ɪn]
abundance of blackberries after five doctors had tried all the known remedies in
丰富 的 黑莓 后 五 医生 有 尝试 全部 这 已知 补救措施 在
[veɪn] .
vain .
徒劳 .

布罗德本特先生记录了一个案例：一个孩子在五位医生尝试了所有已知的疗法都无效后，通过大量食用黑莓而痊愈。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 25]
[页 -]

[第25页]

['blækbəri] [tiː] .
Blackberry Tea .
黑莓 茶 .

黑莓茶。

[ɪn][ðə; ði] ['æbsəns] [ɒv; əv][ðə; ði] [freʃ] [fruːt] [ə; eɪ] [tiː] [meɪd] [ɒv; əv] ['blækbəri] ['dʒeli][ænd; ənd][hɒt]
In the absence of the fresh fruit a tea made of blackberry jelly and hot
在 这 缺席 的 这 新鲜的 水果 一个 茶 制成 的 黑莓 果冻 和 热的
['wɔːtə(r)] ([ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['teɪblˌspuːnfʊl] [ɒv; əv]['dʒeli][tuː; tə][hɑːf][ə; eɪ][paɪnt]['wɔːtə(r)]) [wɪl] [biː; bi] [faʊnd]
water (a large tablespoonful of jelly to half a pint water) will be found
水 (一个 大的 一汤匙 的 果冻 到 一半 一个 品脱 水) 将要 是 成立
['veri] ['juːsf(ə)l] .
very useful .
非常 有用 .

如果没有新鲜水果，用黑莓果冻和热水（一大勺果冻兑半品脱水）泡制的茶会非常有用。

[ə; eɪ] ['tiːkʌpˌfʊl] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən][æt; ət] [ʃɔːt] ['ɪntərvlz] .
A teacupful should be taken at short intervals .
一个 一杯茶 应该 是 已采取 在 短的 间隔 .

应该分多次饮用一杯茶。

['blækbəri] ['dʒeli] .
Blackberry Jelly .
黑莓 果冻 .

黑莓果冻。

[tuː; tə] [meɪk] ['blækbəri] ['dʒeli] [get] [ðə; ði] [fɜːst] [fruːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['siːz(ə)n] [ɪf] ['pɒsəb(ə)l] ,
To make blackberry jelly get the first fruit of the season if possible ,
到 制作 黑莓 果冻 得到 这 第一的 水果 的 这 季节 如果 可能的 ，

如果可能，制作黑莓果酱时最好选用当季第一批黑莓。

[ænd; ənd] [siː] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [raɪp] [ɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [jiːld] ['veri] ['lɪt(ə)l] [dʒuːs] .
and see that it is ripe or it will yield very little juice .
和 看 那 它 是 成熟 或者 它 将要 屈服 非常 小的 汁 .

还要看它是否成熟，否则出汁量会很少。

[pʊt] [ˌaɪ 'tiː] ['ɪntuː] [ðə; ði] [prɪ'zɜːrv] [pæn] , [krʌʃ] [ˌaɪ 'tiː] ,
Put it into the preserving pan , crush it ,
放 它 进入 这 保存 平底锅 ， 压碎 它 ，

把它放进腌制锅里，捣碎，

[ænd; ənd] [ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] ['sɪmə(r)] ['sləʊli] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [dʒuːs] [ɪz] [wel] [drɔːn] [aʊt] .
and allow it to simmer slowly until the juice is well drawn out .
和 允许 它 到 煨 缓慢地 直到 这 汁 是 出色地 绘制 出去 .

让它慢慢炖煮，直到汁水完全被榨出。

[ðɪs] [wɪl] [teɪk] [frɒm; frəm] [θriː] - ['kwɔːtəz] [tuː; tə] [wʌn] ['aʊə(r)] .
This will take from three - quarters to one hour .
这 将要 拿 从 三 - 四分之一 到 一 小时 .

这将需要四十五分钟到一小时。

[streɪn] [θruː] [ə; eɪ] ['dʒeli] [bæg] , [ɔː(r)] [faɪn] [kliːn] ['mʌzlɪn] ['dʌbld] [wɪl] [duː; də] .
Strain through a jelly bag , or fine clean muslin doubled will do .
拉紧 通过 一个 果冻 包 ， 或者 美好的 干净的 细棉布 双倍 将要 做 .

用果冻袋过滤，或者用双层细棉布过滤也可以。

[ðen] ['meʒə(r)] [ðə; ði] [dʒuːs] , [ænd; ənd] [tuː; tə] ['evri] [paɪnt] [ə'laʊ] ¾ ['el biː] .
Then measure the juice , and to every pint allow ¾ lb .
然后 措施 这 汁 ， 和 到 每一个 品脱 允许 ¾ 磅 .

然后量取果汁，每品脱果汁加入 ¾ 磅。

[best] [keɪn] ['ʃʊgə(r)] .
best cane sugar .
最好的 甘蔗 糖 .

最好的蔗糖。

[rɪ'tɜːn] [tuː; tə] [ðə; ði] [pæn] [ænd; ənd] [bɔɪl] ['brɪskli] [fɔː(r); fə(r)] [frɒm; frəm] ['twenti] ['mɪnɪts] [tuː; tə] [hɑːf] [æn; ən] ['aʊə(r)] .
Return to the pan and boil briskly for from twenty minutes to half an hour .
返回 到 这 平底锅 和 熬 轻快地 为了 从 二十 分钟 到 一半 一个 小时 .

放回锅中，大火煮沸20分钟至30分钟。

[stɜː(r)] [wɪð] [ə; eɪ] ['wʊdn] [spuːn] [ænd; ənd] [kiːp] [wel] [skɪmd] .
Stir with a wooden spoon and keep well skimmed .
搅拌 和 一个 木制的 勺子 和 保持 出色地 脱脂 .

用木勺搅拌，并保持浮沫去除。

[tuː; tə] [test] , [pʊt] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['dʒeli] [ɒn] [ə; eɪ] [kəʊld] [pleɪt] ,
To test , put a little of the jelly on a cold plate ,
到 测试 ， 放 一个 小的 的 这 果冻 在 一个 寒冷的 盘子 ，

为了测试，取少量果冻放在冷盘子上，

[ænd; ənd] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [sets] [wen] [kəʊld] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [dʌn] .
and if it sets when cold it is done .
和 如果 它 套 什么时候 寒冷的 它 是 完毕 .

如果冷却后凝固，就做好了。

[waɪl]
While
尽管

尽管

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 26]
[页 -]

[第26页]

[stɪl] [æt; ət] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] [pɔː(r)]['ɪntuː] [kliːn] , [draɪ] , [ænd; ənd][hɒt][dʒ'ɑːz] ,
still at boiling point pour into clean , dry , and hot jars ,
仍然 在 沸腾 观点 倒 进入 干净的 , 干燥 , 和 热的 罐子 ,

趁热倒入干净、干燥、热的罐子中。

[ænd; ənd][taɪ] [daʊn] [wɪð] ['pɑːtʃmənt] ['kʌvəz] [ɪ'miːdiətli] .
and tie down with parchment covers immediately .
和 领带 向下 和 羊皮纸 封面 立即地 .

立即用羊皮纸包裹起来。

[blæk] ['kʌrənt] .
Black Currant .
黑色的 黑醋栗 .

黑醋栗。

[blæk] ['kʌrənt] [tiː] [ɪz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði]['əʊldɪst][ɒv; əv][əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] ['remədiz] [fɔː(r); fə(r)][sɔː(r)]
Black currant tea is one of the oldest of old - fashioned remedies for sore
黑色的 黑醋栗 茶 是 一 的 这 最老 的 老的 - 造型 补救措施 为了 疮
[θrəʊt] [ænd; ənd][k'əʊldz] .
throats and colds .
喉咙 和 感冒 .

黑加仑茶是治疗咽喉痛和感冒最古老的传统疗法之一。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [baɪ] ['pɔːrɪŋ] [hɑːf][ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)][ɒn][tuː; tə][ə; eɪ] [lɑːdʒ]
It is made by pouring half a pint of boiling water on to a large
它 是 制成 经过 浇注 一半 一个 品脱 的 沸腾 水 在 到 一个 大的
['teɪblˌspuːnfʊl] [ɒv; əv][ðə; ði]['dʒeli][ɔː(r)][dʒæm] .
tablespoonful of the jelly or jam .
一汤匙 的 这 果冻 或者 果酱 .

做法是将半品脱沸水倒入一大勺果冻或果酱中。

[tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði]['dʒeli][juːz][ðə; ði] [seɪm] ['resəpi][æz; əz][fɔː(r); fə(r)] ['blækbəri] ['dʒeli] .
To make the jelly use the same recipe as for blackberry jelly .
到 制作 这 果冻 使用 这 相同的 食谱 作为 为了 黑莓 果冻 .

制作果冻时，使用与黑莓果冻相同的配方。

[ðə; ði] [freʃ] [dʒuːs] [prest] [frɒm; frəm][ðə; ði][fruːt][ɪz] , [ɒv; əv] [kɔːs] , ['betə(r)][ðæn; ðən] [tiː] [meɪd]
The fresh juice pressed from the fruit is , of course , better than tea made
这 新鲜的 汁 按下 从 这 水果 是 , 的 课程 , 更好的 比 茶 制成
[frɒm; frəm][ðə; ði]['dʒeli] ,
from the jelly ,
从 这 果冻 ,

当然，用这种水果鲜榨的果汁比用果冻泡的茶要好。

[bʌt; bət][æz; əz]['wɪntə(r)][ɪz][ðə; ði]['siːz(ə)n][ɒv; əv] [kɒfs] [ænd; ənd][k'əʊldz][ðə; ði][fruːt][ɪz] [liːst]
but as winter is the season of coughs and colds the fruit is least
但 作为 冬天 是 这 季节 的 咳嗽 和 感冒 这 水果 是 至少
[əb'teɪnəb(ə)l] [wen] [məʊst] ['niːdɪd] .
obtainable when most needed .
可获得 什么时候 最多 需要 .

但由于冬季是咳嗽感冒的季节，这种水果在最需要的时候反而最难获得。

[brə'zɪl] [nʌt] .
Brazil Nut .
巴西 坚果 .

巴西坚果。

[brə'zɪl] [nʌts] [ɑː(r); ə(r)] ['eksələnt] [fɔː(r); fə(r)] [ˌkɒnstɪ'peɪʃn] .
Brazil nuts are excellent for constipation .
巴西 坚果 是 出色的 为了 便秘 .

巴西坚果对缓解便秘非常有效。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ][ə; eɪ] [gʊd] ['sʌbstɪtjuːt] [fɔː(r); fə(r)]['suːɪt; 'sjuːɪt][ɪn] ['pʊdɪŋz] .
They are also a good substitute for suet in puddings .
他们 是 还 一个 好的 代替 为了 羊脂 在 布丁 .

它们也是制作布丁时代替牛油的好选择。

[juːz] [faɪv][ˌəʊ 'zed] .
Use 5 oz .
使用 5 盎司 .

使用 5 盎司。

[nʌts] [tuː; tə][wʌn]['el biː] .
nuts to 1 lb .
坚果 到 1 磅 .

每磅坚果

['flaʊə(r)] .
flour .
面粉 .

面粉。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['greɪtɪd][ɪn][ə; eɪ] [nʌt] [mɪl] [ɔː(r)] ['faɪnli] [tʃɒpt] .
They should be grated in a nut mill or finely chopped .
他们 应该 是 磨碎的 在 一个 坚果 磨 或者 精细地 切碎 .

应该用坚果研磨机磨碎或切碎。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 27]
[页 -]

[第27页]

[biːnz] , ['piːz] , [ænd; ənd] ['lentəlz] .
Beans , Peas , and Lentils .
豆子 , 豌豆 , 和 扁豆 .

豆类、豌豆和扁豆。

[biːnz] , ['piːz] , [ænd; ənd]['lentəlz][ɑː(r); ə(r)] [tə'buːd] [baɪ][ðə; ði] ['fɑːloʊərz] [ɒv; əv]['dɑːktər; draɪv] . [heɪg] ,
Beans , peas , and lentils are tabooed by the followers of Dr . Haig ,
豆子 , 豌豆 , 和 扁豆 是 禁忌 经过 这 追随者 的 博士 . 海格 ,
[ðə; ði] [gaʊt] ['speʃəlɪst] ,
the gout specialist ,
这 痛风 专家 ,

痛风专家海格博士的追随者们认为豆类、豌豆和扁豆是禁忌食物。

[ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðə; ði] [bɪ'liːf] [ðæt] [ðeɪ] [tend] [tuː; tə] [ɪn'kriːs] [ðə; ði] [sɪ'kriːʃ(ə)n] [ɒv; əv]['jʊərɪk]['æsɪd] .
on account of the belief that they tend to increase the secretion of uric acid .
在 帐户 的 这 信仰 那 他们 趋向 到 增加 这 分泌 的 尿酸 酸 .

因为人们认为它们会增加尿酸的分泌。

[bʌt; bət] [ðɪs] ['iːv(ə)l] [prə'pensəti] [ɪz] ['staʊtli] [dɪ'naɪd] [baɪ]['ʌðə(r)] [fuːd] - [rɪ'fɔːməz] .
But this evil propensity is stoutly denied by other food - reformers .
但 这 邪恶的 倾向 是 坚定地 否认 经过 其他 食物 - 改革者 .

但其他食品改革者坚决否认这种邪恶倾向。

[fɔː(r); fə(r)][maɪˈself][ai][ˌeɪ ˈem][ɪnˈklaɪnd][tuː; tə] [bɪˈliːv] [ðæt] [ðeə(r)][səˈpəʊzd; səˈpəʊzɪd][ɪndɪdʒestəˈbɪlɪti] ,
For myself I am inclined to believe that their supposed indigestibility ,
为了 我 我 是 倾斜 到 相信 那 他们的 据称 难以消化 ,
[ˌet ˈsetərə; ˌɪt ˈsetərə] . ,
etc . ,
ETC . ,

就我个人而言，我倾向于相信它们所谓的难以消化等等。

[əˈraɪzɪz][frɒm; frəm][ðə; ði][fækt] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ˈdʒen(ə)rəli] [kʊkt] [ɪn] [hɑːd] [ˈwɔːtə(r)] .
arises from the fact that they are generally cooked in hard water .
出现 从 这 事实 那 他们 是 一般来说 煮熟 在 难的 水 .

这是因为它们通常用硬水烹煮。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kʊkt] [ɪn] [dɪˈstɪld] [ɔː(r)] [bɔɪld] [ænd; ənd] [ˈfɪltəd] [reɪn][ˈwɔːtə(r)] .
They should be cooked in distilled or boiled and filtered rain water .
他们 应该 是 煮熟 在 蒸馏 或者 煮沸 和 过滤 雨 水 .

它们应该用蒸馏水或煮沸过滤后的雨水烹煮。

[ðə; ði] [əˈdɪʃ(ə)n] [ɒv; əv][ˈlemən][dʒuːs] [waɪl] [ˈkʊkɪŋ] [ˈrendəz] [ðem; ðəm] [mʌtʃ] [mɔː(r)]
The addition of lemon juice while cooking renders them much more
这 添加 的 柠檬 汁 尽管 烹饪 渲染 他们 很多 更多的
[daɪˈdʒestəbl; dɪˈdʒestəbl] .
digestible .
可消化 .

烹饪时加入柠檬汁会使它们更容易消化。

[əˈkɔːdɪŋ] [tuː; tə][sɜː(r)] [ˈhenri] [ˈtɒmsən] [ˈhærɪkəʊ] [biːnz] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)] [ˈiːzəli] [daɪˈdʒestɪd][ðæn; ðən]
According to Sir Henry Thomson haricot beans are more easily digested than
根据 到 先生 亨利 汤姆逊 菜豆 豆子 是 更多的 容易地 消化 比
[miːt] [baɪ][məʊst] [ˈstʌməks] .
meat by most stomachs .
肉 经过 最多 胃 .

据亨利·汤姆逊爵士称，大多数人的胃更容易消化菜豆，而不是肉类。

" [kənˈsjuːmɪŋ] [weɪt] [fɔː(r); fə(r)] [weɪt] , [ðə; ði][ˈiːtə(r)] [fiːlz] [ˈlaɪtə(r)] [ænd; ənd] [les] [əˈprest] ,
" Consuming weight for weight , the eater feels lighter and less oppressed ,
" 消费 重量 为了 重量 , 这 食客 感觉 打火机 和 较少的 受压迫者 ,
[æz; əz][ə; eɪ] [ruːl] ,
as a rule ,
作为 一个 规则 ,

“一般来说，摄入相同重量的食物后，进食者会感到更轻松、更不感到压抑。”

[ˈɑːftə(r)][ðə; ði] [lɪˈgjuːmɪnəs] [dɪʃ] ; [waɪl] [ðə; ði] [kəmˈpærətɪv] [kɒst][ɪz] [ˈgreɪtli] [ɪn][ˈfeɪvə(r)][ɒv; əv][ðə; ði]
after the leguminous dish ; while the comparative cost is greatly in favour of the
后 这 豆科植物 盘子 ; 尽管 这 比较 成本 是 非常 在 偏爱 的 这
[ˈlætə(r)] .
latter .
后者 .

在豆类菜肴之后；而相对成本则大体上对后者有利。

" [ˈlentəlz][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][məʊst] [ˈiːzəli] [daɪˈdʒestɪd][ɒv; əv][ɔːl][ðə; ði] [pʌls] [fuːdz] ,
" Lentils are the most easily digested of all the pulse foods ,
" 扁豆 是 这 最多 容易地 消化 的 全部 这 脉冲 食物 ,

“在所有豆类食物中，扁豆是最容易消化的。”

[ænd; ənd] [ˈðeəfɔː(r)] [ðə; ði][məʊst][ˈsuːtəb(ə)l][fɔː(r); fə(r)] [ˈwiːkli] [pˈɜːsənz] .
and therefore the most suitable for weakly persons .
和 所以 这 最多 合适的 为了 弱 人 .

因此最适合体弱者。

[ə; eɪ] [suːp] [meɪd] [ɒv; əv] [dɪˈstɪld] [ˈwɔːtə(r)] [ænd; ənd] [red] [ˈlentəlz] [meɪ] [biː; bi] [ˈteɪkən] [twaɪs] [ə; eɪ] [wiːk]
A soup made of distilled water and red lentils may be taken twice a week
一个 汤 制成 的 蒸馏 水 和 红色的 扁豆 可能 是 已采取 两次 一个 星期

[wɪð] [ədˈvɑːntɪdʒ] .
with advantage .
和 优势 .

每周食用两次用蒸馏水和红扁豆熬制的汤对身体有益。

[ˈlentəlz] [kənˈteɪn] [ə; eɪ] [gʊd] [pəˈsentɪdʒ] [ɒv; əv] [ˈaɪən] , [ænd; ənd] [ˈɔːlsəʊ] [ˈfɑːsˌfeɪts] .
Lentils contain a good percentage of iron , and also phosphates .
扁豆 包含 一个 好的 百分比 的 铁 , 和 还 磷酸盐 .

扁豆含有相当比例的铁，也含有磷酸盐。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

食疗：关于食物及其药用价(Food Remedies Facts About Foods And Their)

第2/4页

[biːt] .
Beet .
甜菜 .

甜菜。

[ðə; ði] [red] [biːt] [ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn][sʌm; səm] [dɪ'ziːzɪz] [ɒv; əv][ðə; ði] [wuːm] ,
The red beet is useful in some diseases of the womb ,
这 红色的 甜菜 是 有用 在 一些 疾病 的 这 子宫 ,

红甜菜对某些子宫疾病有益。

[waɪl] [ðə; ði] [waɪt] [biːt] [ɪz] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['lɪvə(r)] .
while the white beet is good for the liver .
尽管 这 白色的 甜菜 是 好的 为了 这 肝 .

白甜菜对肝脏有益。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['læksətɪv][ænd; ənd][ˌdaɪju'retɪk] .
It is laxative and diuretic .
它 是 泻药 和 利尿剂 .

它具有通便和利尿作用。

[ðə; ði][dʒuːs] [mɪkst] [wɪð] ['ɒlɪv] [ɔɪl][ɪz]['ɔːlsəʊ] [ˌrekə'mendɪd] [tuː; tə][biː; bi] [ə'plaɪd] [ɪk'stɜːnəli] [fɔː(r); fə(r)]
The juice mixed with olive oil is also recommended to be applied externally for
这 汁 混合 和 橄榄 油 是 还 受到推崇的 到 是 应用 外部 为了
[bɜːnz] [ænd; ənd][ɔːl][kaɪndz][ɒv; əv] ['rʌnɪŋ] [sɔːrz] .
burns and all kinds of running sores .
烧伤 和 全部 种类 的 跑步 疮 .

将果汁与橄榄油混合后外敷，可用于治疗烧伤和各种流脓性伤口。

['kæbɪdʒ] .
Cabbage .
卷心菜 .

卷心菜。

[ɔːl] [ðə; ði] [və'raɪətiz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['kəʊlwɜːt] [traɪb] , [ɪn'kluːdɪŋ] ['kæbɪdʒ] , ['kɒliflaʊə(r)] , ['brʌs(ə)lz] -
All the varieties of the colewort tribe , including cabbage , cauliflower , brussels -
全部 这 品种 的 这 刺蒺藜 部落 , 包括 卷心菜 , 菜花 , 布鲁塞尔 -
[spraʊts] , ['brɒkəli] , [ænd; ənd] ['kɜːli] [griːnz] ,
sprouts , broccoli , and curly greens ,
芽苗菜 , 西兰花 , 和 卷曲 青菜 ,

所有属于卷心菜科的蔬菜，包括卷心菜、花椰菜、抱子甘蓝、西兰花和卷叶蔬菜。

[hæv; həv] [biːn] ['selɪbreɪtɪd] [frɒm; frəm] ['veri] ['eɪnʃənt] [taɪmz] [fɔː(r); fə(r)][ðeə(r)]['kjʊərətɪv]['vɜːtjuːz][ɪn]
have been celebrated from very ancient times for their curative virtues in
有 到过 著名 从 非常 古老的 时代 为了 他们的 治疗 美德 在
['pʌlmənəri] [kəm'pleɪnts] .
pulmonary complaints .
肺部 投诉 .

自古以来，人们就因其对肺部疾病的疗效而对其赞誉有加。

[ænd; ənd] [ə'θiːniən] ['dɑːktərz] [prɪ'skraɪbd] ['kæbɪdʒ] [fɔː(r); fə(r)] ['nɜːsɪŋ] ['mʌðəz] .
And Athenian doctors prescribed cabbage for nursing mothers .
和 雅典 医生 规定 卷心菜 为了 护理 母亲们 .

雅典医生曾给哺乳期妇女开卷心菜处方。

[ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['sʌlfə(r)] [kən'teɪnd] [ɪn][ðem; ðəm] ['kæbɪdʒɪz] [ɑ:(r); ə(r)] [gʊd] [fɔ:(r); fə(r)]
On account of the sulphur contained in them cabbages are good for
在 帐户 的 这 硫 包含 在 他们 卷心菜 是 好的 为了

由于卷心菜中含有硫磺，因此它们对……有益

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 29]
[页 -]

[第29页]

[ru'mætɪk] ['peɪʃ(ə)nts] .
rheumatic patients .
风湿病 患者 .

风湿病患者。

[ðeɪ] [meɪ] [biː; bi]['iːt(ə)n] [stiːmd] , [ɔː(r)] , ['betə(r)] [stɪl] , [bɔɪld] [ɪn] [sɒft] ['wɔːtə(r)][ænd; ənd][ðə; ði] [brɒθ]
They may be eaten steamed , or , better still , boiled in soft water and the broth
他们 可能 是 吃 蒸 , 或者 , 更好的 仍然 , 煮沸 在 柔软的 水 和 这 肉汤
['əʊnli]['teɪkən] .
only taken .
仅有的 已采取 .

可以蒸着吃，或者更好的是，用软水煮，只喝汤汁。

[ðə; ði]['ɔːd(ə)n(ə)ri] [bɔɪld] ['kæbɪdʒ] [ɪz][æn; ən][ˌɪndɪ'dʒestəbl] " ['wɪndi] " ['vedʒtəb(ə)l] , [ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd]
The ordinary boiled cabbage is an indigestible " windy " vegetable , and should
这 普通的 煮沸 卷心菜 是 一个 难以消化的 " 刮风 " 蔬菜 , 和 应该
['nevə(r)][biː; bi]['iːt(ə)n] .
never be eaten .
绝不 是 吃 .

普通的煮白菜是一种难以消化的"胀气"蔬菜，绝对不能食用。

['kærəweɪ] [siːd] .
Caraway Seed .
葛缕子 种子 .

葛缕子籽。

['kærəweɪ] [siːdz] ['ʃɑːpən] [ðə; ði] ['vɪʒn] , [prə'məʊt] [ðə; ði] [sɪ'kriːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [mɪlk] , [ænd; ənd][ɑː(r); ə(r)]
Caraway seeds sharpen the vision , promote the secretion of milk , and are
葛缕子 种子 锐化 这 想象 , 推动 这 分泌 的 牛奶 , 和 是
[gʊd] [ə'genst] [hɪ'sterɪk(ə)l] [ə'fekʃən] .
good against hysterical affections .
好的 反对 歇斯底里的 情感 .

葛缕子籽能使视力敏锐，促进乳汁分泌，并能治疗癔症。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ]['juːsf(ə)l][ɪn] [keɪsɪz][ɒv; əv]['kɒlɪk] .
They are also useful in cases of colic .
他们 是 还 有用 在 案例 的 绞痛 .

它们对治疗婴儿肠绞痛也很有帮助。

[wen] [juːst] [tuː; tə]['fleɪvə(r)] [keɪks] [ðə; ði] [siːdz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['paʊndɪd] [ɪn][ə; eɪ]['mɔːtə(r)] ,
When used to flavour cakes the seeds should be pounded in a mortar ,
什么时候 用过的 到 味道 蛋糕 这 种子 应该 是 猛击 在 一个 砂浆 ,

如果用来给蛋糕调味，应该把种子在研钵里捣碎。

[ɪ'speʃəli] [ɪf] ['tʃɪldrən] [ɑː(r); ə(r)][tuː; tə] [pɑː'teɪk] [ˌðeər'ɒv] .
especially if children are to partake thereof .
尤其 如果 孩子们 是 到 参加 其中 .

尤其是有儿童食用时。

[wen] [juːst] [m'ɛdɪsˌɪnəli] - [greɪnz][ɒv; əv][ðə; ði] ['paʊdəd] [siːdz] [meɪ][biː; bi]['teɪkən][ɪn][ə; eɪ]
When used medicinally 20 grains of the powdered seeds may be taken in a
什么时候 用过的 药用方面 - 谷物 的 这 粉末状 种子 可能 是 已采取 在 一个
['waɪnˌglɑːsfʊl] [ɒv; əv][hɒt]['wɔːtə(r)] .
wineglassful of hot water .
满满一杯酒 的 热的 水 .

药用时，可将 20 粒种子粉末溶于一杯热水中服用。

[bʌt; bət][fɔː(r); fə(r)] ['tʃɪldrən] [hɑːf][æn; ən] [aʊns] [ɒv; əv][ðə; ði] [bruːzd] [siːdz] [ɑː(r); ə(r)][tuː; tə][biː; bi]
But for children half an ounce of the bruised seeds are to be
但 为了 孩子们 一半 一个 盎司 的 这 瘀伤 种子 是 到 是
[ɪn'fjuːzd][ɪn][kəʊld]['wɔːtə(r)][fɔː(r); fə(r)][sɪks] ['aʊəz] ,
infused in cold water for six hours ,
注入 在 寒冷的 水 为了 六 小时 ,

但对于儿童来说，需要将半盎司碾碎的种子浸泡在冷水中六小时。

[ænd; ənd][frɒm; frəm][wʌn][tuː; tə][θriː] ['tiːspuːn,ful] [ɒv; əv] [ðɪs] ['wɔːtə(r)]['gɪv(ə)n] .
and from 1 to 3 teaspoonfuls of this water given .
和 从 1 到 3 茶匙 的 这 水 给定 .

并给予 1 至 3 茶匙这种水。

[ə; eɪ] ['pəʊltɪs] [ɒv; əv] [krʌʃt] ['kærəweɪ] [siːdz] ['mɔɪsnd] [wɪð] [hɒt]['wɔːtə(r)][ɪz] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)]
A poultice of crushed caraway seeds moistened with hot water is good for
一个 药膏 的 碎 葛缕子 种子 湿润 和 热的 水 是 好的 为了
[sprein] .
sprains .
扭伤 .

用热水浸湿碾碎的葛缕子籽敷在扭伤处很有疗效。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 30]
[页 -]

[第30页]

['kærəweɪ] [siːdz] [ɑː(r); ə(r)][nɑː'kɒtɪk] , [ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd] ['ðeəfɔː(r)] [biː; bi] [juːst] [wɪð] ['kɔːʃ(ə)n] .
Caraway seeds are narcotic , and should therefore be used with caution .
葛缕子 种子 是 麻醉剂 , 和 应该 所以 是 用过的 和 警告 .

葛缕子籽具有麻醉作用，因此应谨慎使用。

['kærət] .
Carrot .
胡萝卜 .

胡萝卜。

['kærəts] [ɑː(r); ə(r)] ['strɒŋli] [ˌænti'septɪk] .
Carrots are strongly antiseptic .
胡萝卜 是 强烈 防腐剂 .

胡萝卜具有很强的杀菌作用。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [sed] [tuː; tə][biː; bi] ['mentəli] [ɪn'vɪgəreɪtɪŋ] [ænd; ənd] [nɜːv] [rɪ'stɔːrɪŋ] .
They are said to be mentally invigorating and nerve restoring .
他们 是 说 到 是 精神上 令人精神振奋 和 神经 恢复 .

据说它们能提神醒脑，舒缓神经。

[ðeɪ] [hæv; həv][ðə; ði][ˌrepju'teɪʃ(ə)n][ɒv; əv] ['biːɪŋ] ['veri] [ˌɪndɪ'dʒestəbl][ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðə; ði][fækt] [ðæt]
They have the reputation of being very indigestible on account of the fact that
他们 有 这 名声 的 存在 非常 难以消化的 在 帐户 的 这 事实 那
[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]['dʒen(ə)rəli] [bɔɪld] ,
they are generally boiled ,
他们 是 一般来说 煮沸 ,

由于它们通常是煮熟的，所以被认为很难消化。

[nɒt] [stiːmd] .
not steamed .
不是 蒸 .

未蒸熟。

[wen] [juːst] [m'ɛdɪsˌɪnəli] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [best] [tuː; tə] [teɪk] [ðə; ði] [freʃ] , [rɔː] [dʒuːs] .
When used medicinally it is best to take the fresh , raw juice .
什么时候 用过的 药用方面 它 是 最好的 到 拿 这 新鲜的 , 生的 汁 .

药用时最好服用新鲜的生汁。

[ðɪs] [ɪz] ['iːzəli] [əb'teɪnd] [baɪ] ['greɪtɪŋ] [ðə; ði] ['kærət] ['faɪnli] [ɒn] [ə; eɪ] ['kɒmən] ['peni] [bred] ['greɪtə(r)] ,
This is easily obtained by grating the carrot finely on a common penny bread grater ,
这 是 容易地 获得 经过 格栅 这 胡萝卜 精细地 在 一个 常见的 一分钱 面包 刨丝器 ,

用普通的面包擦丝器将胡萝卜擦成细丝即可轻松获得。

[ænd; ənd] ['streɪnɪŋ] [ænd; ənd] ['presɪŋ] [ðə; ði] [pʌlp] [ðʌs] [əb'teɪnd] .
and straining and pressing the pulp thus obtained .
和 紧张 和 紧迫 这 纸浆 因此 获得 .

将所得纸浆进行过滤和压榨。

[rɔː] ['kærət] [dʒuːs] , [ɔː(r)][ə; eɪ] [rɔː] ['kærət] ['iːt(ə)n] ['fɑːstɪŋ] , [wɪl] [ɪk'spel] [wərmz] .
Raw carrot juice , or a raw carrot eaten fasting , will expel worms .
生的 胡萝卜 汁 , 或者 一个 生的 胡萝卜 吃 禁食 , 将要 驱逐 蠕虫 .

生胡萝卜汁，或者空腹食用生胡萝卜，可以驱除体内寄生虫。

[ðə; ði] [kʊkt] ['kærət] [ɪz] ['juːsləs] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] .
The cooked carrot is useless for this purpose .
这 煮熟 胡萝卜 是 无用 为了 这 目的 .

煮熟的胡萝卜不适用于此目的。

[ə; eɪ] ['pəʊltɪs] [ɒv; əv] [freʃ] ['kærət] [pʌlp] [wɪl] [hiːl] ['ʌlsər] .
A poultice of fresh carrot pulp will heal ulcers .
一个 药膏 的 新鲜的 胡萝卜 纸浆 将要 愈合 溃疡 .

用新鲜胡萝卜泥敷在患处可以治愈溃疡。

[freʃ] ['kærət] [dʒuːs][ɪz]['ɔːlsəʊ] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] [kən'sʌmptɪv] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðə; ði] [lɑːdʒ] [ə'maʊnt]
Fresh carrot juice is also good for consumptives on account of the large amount
新鲜的 胡萝卜 汁 是 还 好的 为了 肺痨 在 帐户 的 这 大的 数量
[ɒv; əv]['ʃʊgə(r)][ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] .
of sugar it contains .
的 糖 它 包含 .

新鲜胡萝卜汁含糖量高，对肺结核患者也很有益。

['kærəts] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] ['gaʊti]
Carrots are very good for gouty
胡萝卜 是 非常 好的 为了 痛风

胡萝卜对痛风非常有益。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 31]
[页 -]

[第31页]

['sʌbdʒɪkts][ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)] [di'reindʒmənt] [ɒv; əv][ðə; ði]['lɪvə(r)] .
subjects and for derangements of the liver .
主题 和 为了 精神错乱 的 这 肝 .

以及肝脏紊乱。

['seləri] .
Celery .
芹菜 .

芹菜。

['seləri] [ɪz]['ɔːlməʊst][ə; eɪ][spə'sɪfɪk][fɔː(r); fə(r)] ['ruːmətɪzəm] , [gaʊt] , [ænd; ənd] ['nɜːvəs] [ˌɪndɪ'dʒestʃən] .
Celery is almost a specific for rheumatism , gout , and nervous indigestion .
芹菜 是 几乎 一个 具体的 为了 风湿病 , 痛风 , 和 紧张的 消化不良 .

芹菜几乎是治疗风湿病、痛风和神经性消化不良的特效药。

[ðə; ði][məʊst]['juːsf(ə)l][plɑːnts][fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] [ɑː(r); ə(r)] [smɔːl] , [nɒt] [tuː] ['ræpɪdli] [grəʊn] [nɔː(r)] ['veri] ['haɪli] [mə'njuə] .
The most useful plants for this purpose are small , not too rapidly grown nor very highly manured .
这 最多 有用 植物 为了 这 目的 是 小的 , 不是 也 快速 生长 也不 非常 高度 施肥 .

最适合此目的的植物是体型较小、生长速度不太快且施肥量不高的植物。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi]['iːt(ə)n] [rɔː] , [ɔː(r)] [stiːmd] , [ɔː(r)][ɪn] [suːp] .
It may be eaten raw , or steamed , or in soup .
它 可能 是 吃 生的 , 或者 蒸 , 或者 在 汤 .

它可以生吃、蒸着吃或煮汤吃。

[strɒŋ] ['seləri] [brɒθ] ['fleɪvəd] [wɪð] ['pɑːsli] [ɪz] ['eksələnt] .
Strong celery broth flavoured with parsley is excellent .
强的 芹菜 肉汤 调味 和 香菜 是 出色的 .

用欧芹调味的浓郁芹菜汤味道极佳。

[kres] .
Cresses .
豆瓣菜 .

水芹。

[ɔːl] [ðə; ði] [kres] [ɑː(r); ə(r)]['ænti] - [skɔː'bjuːtɪk] , [ðæt] [ɪz] , ['juːsf(ə)l] [ə'genst] [ðə; ði] ['skɜːvi] .
All the cresses are anti - scorbutic , that is , useful against the scurvy .
全部 这 豆瓣菜 是 反对 - 坏血病 , 那 是 , 有用 反对 这 坏血病 .

所有的豆瓣菜都具有抗坏血病的功效，也就是说，它们对治疗坏血病很有帮助。

[ðə; ði] ['eɪnʃənt] [griːks] ['ɔːlsəʊ] [bɪ'liːvd] [ðem; ðəm][tuː; tə][biː; bi] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [breɪn] .
The ancient Greeks also believed them to be good for the brain .
这 古老的 希腊人 还 相信 他们 到 是 好的 为了 这 脑 .

古希腊人也认为它们对大脑有益。

[ðə; ði]['ɔːd(ə)n(ə)ri] " ['mʌstəd] [ænd; ənd] [kres] " [ɒv; əv]['aʊə(r)]['sælədz][ɪz] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] [ru'mætɪk] ['peɪʃ(ə)nts] ,
The ordinary " mustard and cress " of our salads is good for rheumatic patients ,
这 普通的 " 芥末 和 豆瓣菜 " 的 我们的 沙拉 是 好的 为了 风湿病 患者 ,

我们沙拉里常见的“芥菜和豆瓣菜”对风湿病患者有益。

[waɪl] [ðə; ði]['wɔːtə(r)] - [kres] [ɪz]['væljuəb(ə)l][ɪn][keɪsɪz][ɒv; əv][tjuː'bɜːkjələ(r)] [dɪ'ziːz] .
while the water - cress is valuable in cases of tubercular disease .
尽管 这 水 - 豆瓣菜 是 有价值的 在 案例 的 结核病 疾病 .

而西洋菜对治疗肺结核很有价值。

['peɪʃ(ə)nts] [meɪ] ['ɔːlsəʊ] [iːt] ['friːli] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː][ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðə; ði]['aɪən][ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] .
Anæmic patients may also eat freely of it on account of the iron it contains .
贫血 患者 可能 还 吃 自由 的 它 在 帐户 的 这 铁 它 包含 .

由于富含铁，贫血患者也可以大量食用。

[keə(r)][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən] , [haʊ'evə(r)] , [frɒm; frəm] [wens] [ˌaɪ 'tiː]
Care should be taken , however , from whence it
关心 应该 是 已采取 , 然而 , 从 何处 它

然而，应当注意其来源。

[ɪz] [prəˈkjʊəd] , [æz; əz][ə; eɪ] [dɪˈziːz] [pɪˈkjuːliə(r)][tuː; tə] [ʃiːp] [bʌt; bət] [kəˈmjuːnɪkəbl] [tuː; tə][mæn] [meɪ] [biː; bi] [ˈkærid] [baɪ][ˌaɪ ˈtiː] .
is procured , as a disease peculiar to sheep but communicable to man may be carried by it .
是 采购 , 作为 一个 疾病 奇特 到 羊 但 传染性的 到 男人 可能 是 携带 经过 它 .

羊可能会传播一种羊特有的、但可传染给人类的疾病。

[ˌaɪ ˈtiː][ʃʊd; ʃəd][nɒt][biː; bi] [ˈgæðəd] [frɒm; frəm] [striːmz] [ˈrʌnɪŋ] [θruː] [medəuz] [ɪnˈhæbɪtɪd][baɪ] [ʃiːp] .
It should not be gathered from streams running through meadows inhabited by sheep .
它 应该 不是 是 聚集 从 溪流 跑步 通过 草地 有人居住的 经过 羊 .

不应该从流经绵羊栖息的草地的溪流中采集。

[ˈtʃesnʌt] .
Chestnut .
板栗 .

板栗。

[ˈtʃesnʌts] , [wen] [kʊkt] , [ɑː(r); ə(r)][ˈvæljuəb(ə)l] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)] [pˈɜːsənz] [wɪð] [wiːk] [daɪˈdʒestɪv] [pˈaʊəz] .
Chestnuts , when cooked , are valuable food for persons with weak digestive powers .
栗子 , 什么时候 煮熟 , 是 有价值的 食物 为了 人 和 虚弱的 消化 权力 .

栗子煮熟后，对消化功能较弱的人来说是一种很有价值的食物。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][pʊt][ɒn][ðə; ði][ˈfaɪə(r)][ɪn][ə; eɪ] [ˈsɔːspən] [ɒv; əv][kəʊld][ˈwɔːtə(r)][ænd; ənd] [kʊkt] [fɔː(r); fə(r)] [ˈtwenti] [ˈmɪnɪts] [frɒm; frəm][ðə; ði][taɪm][ðə; ði][ˈwɔːtə(r)][fɜːst] [bɔɪlz] .
They should be put on the fire in a saucepan of cold water and cooked for twenty minutes from the time the water first boils .
他们 应该 是 放 在 这 火 在 一个 平底锅 的 寒冷的 水 和 煮熟 为了 二十 分钟 从 这 时间 这 水 第一的 沸腾 .

将它们放入装有冷水的平底锅中，放在火上煮，从水第一次沸腾开始煮20分钟。

[dʒɒn] [ˈiːvlɪn] , [ef] . [ɑː(r)] . [es] . , [ə; eɪ] [ˌsev(ə)nˈtiːnθ] [ˈsentʃəri] [ˈraɪtə(r)] , [sez] [ɒv; əv][ðem; ðəm] :
John Evelyn , F . R . S . , a seventeenth century writer , says of them :
约翰 伊芙琳 , F . 拉 . S . , 一个 第十七 世纪 作家 , 说道 的 他们 :

十七世纪作家、皇家学会会员约翰·伊夫林这样评价他们：

" [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ] [ˈlʌsti] [ænd; ənd] [ˈmæskjəlɪn] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)] [ˈrʌstik] [æt; ət][ɔːl] [taɪmz] ,
" They are a lusty and masculine food for rustics at all times ,
" 他们 是 一个 好色的 和 男性 食物 为了 乡村 在 全部 时代 ,

“它们一直是乡村居民喜爱的充满男子气概的食物，而且味道浓郁。”

[ænd; ənd][ɒv; əv][ˈbetə(r)] [ˈnʌrɪʃmənt] [fɔː(r); fə(r)] [ˈhʌzbəndmən] [ðæn; ðən][kəʊl][ænd; ənd] [ˈrʌsti] [ˈbeɪkən] , [jeɪ] , [ɔː(r)] [biːnz] [tuː; tə] [buːt] .
and of better nourishment for husbandmen than cole and rusty bacon , yea , or beans to boot .
和 的 更好的 营养 为了 农夫 比 油菜 和 生锈的 熏肉 , 是的 , 或者 豆子 到 启动 .

而且比卷心菜和生锈的培根更有营养，甚至比豆子更有营养。

" ['sɪnəmən] .
" Cinnamon .
" 肉桂 .

"肉桂。

['sɪnəmən] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] [əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] ['remədi] [fɔː(r); fə(r)] ['suːðɪŋ] [ðə; ði] [peɪn] [ɒv; əv] [ɪn'tɜːn(ə)l]
Cinnamon is a very old - fashioned remedy for soothing the pain of internal
肉桂 是 一个 非常 老的 - 造型 补救 为了 舒缓 这 疼痛 的 内部的
[ɔː(r)] [ʌn'brəʊkən] ['kænsə(r)] .
or unbroken cancer .
或者 未破 癌症 .

肉桂是一种非常古老的疗法，可以缓解内脏或未破裂癌症引起的疼痛。

[wʌn] [prɪ'skrɪpʃn] [ɪz][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] : [teɪk]
One prescription is the following : Take
一 处方 是 这 下列的 : 拿

其中一种处方如下：服用

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 33]
[页 -]

[第33页]

[wʌn]['el biː] . [ɒv; əv] [sɪ'lɒn] [stɪks] .
1 lb . of Ceylon sticks .
1 磅 . 的 锡兰 棍子 .

1磅锡兰木棍。

['sɪmə(r)] [ɪn][ə; eɪ] [kləʊzd] ['ves(ə)l] [wɪð] [wʌn] [kwɔːt] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] [ɪz] [rɪ'djuːst] [tuː; tə]
Simmer in a closed vessel with 1 quart of water until the liquid is reduced to
煨 在 一个 关闭 血管 和 1 夸脱 的 水 直到 这 液体 是 减少 到
[wʌn][paɪnt] .
1 pint .
1 品脱 .

在密闭容器中，加入 1 夸脱水，小火慢煮至液体减少至 1 品脱。

[pɔː(r)] [ɒf] [wɪ'ðaʊt] ['streɪnɪŋ] , [ænd; ənd] [ʃeɪk] [ɔː(r)] [stɜː(r)] [wel] [bɪ'fɔː(r)] ['teɪkɪŋ] .
Pour off without straining , and shake or stir well before taking .
倒 离开 没有 紧张 , 和 摇 或者 搅拌 出色地 前 采取 .

无需过滤直接倒出，服用前摇匀或搅拌均匀。

[teɪk] [hɑːf][ə; eɪ][paɪnt] ['evri] ['twenti] - [fɔː(r)] ['aʊəz] .
Take half a pint every twenty - four hours .
拿 一半 一个 品脱 每一个 二十 - 四 小时 .

每24小时服用半品脱。

[dɪ'vaɪd] ['ɪntuː] [smɔːl] ['dəʊsɪz] [ænd; ənd] [teɪk] ['regjələli] .
Divide into small doses and take regularly .
划分 进入 小的 剂量 和 拿 经常 .

分小剂量服用，并定期服用。

['sɪnəmən] [hæz; həz][ə; eɪ] ['paʊəf(ə)l] ['ɪnfluəns] ['əʊvə(r)] [dɪ'ziːz] [dʒɜːrmz] , [bʌt; bət][keə(r)][mʌst; məst]
Cinnamon has a powerful influence over disease germs , but care must
肉桂 有 一个 强大的 影响 超过 疾病 细菌 , 但 关心 必须
[biː; bi]['teɪkən][tuː; tə][əb'teɪn][ˌaɪ 'tiː][pjʊə(r)] .
be taken to obtain it pure .
是 已采取 到 获得 它 纯的 .

肉桂对致病细菌有很强的抑制作用，但必须注意获取纯净的肉桂。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['ɒf(ə)n] [ə'dʌltəreɪtɪd] [wɪð] ['kæsɪə] .
It is often adulterated with cassia .
它 是 经常 掺假的 和 决明子 .

它经常掺杂决明子。

['sɪnəmən] [tiː] [meɪ] [biː; bi]['teɪkən] [wɪð] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɪn] [keɪsɪz] [ɒv; əv] [kən'sʌmpʃ(ə)n] , [ˌɪnflu'enzə] ,
Cinnamon tea may be taken with advantage in cases of consumption , influenza ,
肉桂 茶 可能 是 已采取 和 优势 在 案例 的 消耗 , 流感 ,
[ænd; ənd] [njuː'məʊniə] .
and pneumonia .
和 肺炎 .

肉桂茶对肺痨、流感和肺炎等疾病有益处。

['kəʊkəˌnʌt] .
Cocoanut .
椰子 .

椰子。

['kəʊkəˌnʌt] [ɪz][æn; ən][əʊld][ænd; ənd] ['veri] [ˌefɪ'keɪʃəs] ['remədi] [fɔː(r); fə(r)] [ˌɪn'testɪnəl] [wərmz] [ɒv; əv][ɔːl]
Cocoanut is an old and very efficacious remedy for intestinal worms of all
椰子 是 一个 老的 和 非常 有效的 补救 为了 肠 蠕虫 的 全部
[kaɪndz] .
kinds .
种类 .

椰子是一种古老而非常有效的治疗各种肠道寄生虫的良方。

[ə; eɪ] ['teɪblˌspuːnfʊl] [ɒv; əv] ['freʃli] - [graʊnd] ['kəʊkəˌnʌt] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən][æt; ət] ['brekfəst] [ʌn'tɪl]
A tablespoonful of freshly - ground cocoanut should be taken at breakfast until
一个 一汤匙 的 新鲜的 - 地面 椰子 应该 是 已采取 在 早餐 直到
[ðə; ði][kjʊə(r)][ɪz] [kəm'pliːt] .
the cure is complete .
这 治愈 是 完全的 .

治疗期间，每天早餐应服用一汤匙新鲜磨碎的椰子。

[ðə; ði] ['dɛsɪˌkeɪtɪd] ['kəʊkəˌnʌt] [ɪz] ['juːsləs] [fɔː(r); fə(r)]['kjʊərətɪv] [p'ɜːpəsɪz] .
The dessicated cocoanut is useless for curative purposes .
这 干燥的 椰子 是 无用 为了 治疗 目的 .

干椰子没有药用价值。

['kɒfi] .
Coffee .
咖啡 .

咖啡。

['kɒfi] [ɪz][ə; eɪ][məʊst] ['paʊəf(ə)l] [ˌænti'septɪk] , [ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] ['veri] ['juːsf(ə)l]
Coffee is a most powerful antiseptic , and therefore very useful
咖啡 是 一个 最多 强大的 防腐剂 , 和 所以 非常 有用

咖啡是一种非常有效的消毒剂，因此非常有用。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 34]
[页 -]

[第34页]

[æz; əz][ə; eɪ] [ˌdɪsɪn'fektənt] .
as a disinfectant .
作为 一个 消毒剂 .

用作消毒剂。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] [juːst] [æz; əz][ə; eɪ][spə'sɪfɪk] [ə'genst] ['kɒlərə] [wɪð] ['mɑːvələs] [rɪ'zʌlts] ,
It has been used as a specific against cholera with marvellous results ,
它 有 到过 用过的 作为 一个 具体的 反对 霍乱 和 奇妙 结果 ,

它曾被用作治疗霍乱的特效药，并取得了显著效果。

[ænd; ənd][ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn][ɔːl] [keɪsɪz][ɒv; əv] [ˌɪn'testɪnəl] [dɪ'reɪndʒmənt] .
and is useful in all cases of intestinal derangement .
和 是 有用 在 全部 案例 的 肠 精神错乱 .

它对所有肠道紊乱病例均有效。

[bʌt; bət]['əʊnli][ðə; ði] [peɪl] - ['rəʊstɪd] [və'raɪətiz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən] , [æz; əz][ðə; ði] ['rəʊstɪŋ] [dɪ'veləps]
But only the pale - roasted varieties should be taken , as the roasting develops
但 仅有的 这 苍白 - 烤 品种 应该 是 已采取 , 作为 这 烘焙 发展
[ðə; ði] ['pɔɪzənəs] , ['ɪrɪteɪtɪŋ] ['prɒpətiz] .
the poisonous , irritating properties .
这 有毒 , 令人恼火的 特性 .

但只能食用浅烤品种，因为烘烤会产生有毒、刺激性的成分。

[ðeə(r)] [ɪz] ['ɔːlweɪz] ['deɪndʒə(r)][ɪn][ðə; ði] ['rəʊstɪŋ] [ɒv; əv] [greɪnz] [ɔː(r)] ['beriz] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðə; ði]
There is always danger in the roasting of grains or berries on account of the
那里 是 总是 危险 在 这 烘焙 的 谷物 或者 浆果 在 帐户 的 这
[njuː] ['sʌbstəns] [ðæt] [meɪ] [biː; bi] [dɪ'veləpt] .
new substances that may be developed .
新的 物质 那 可能 是 发达 .

由于烘烤谷物或浆果可能会产生新的物质，因此烘烤过程中总是存在危险。

[ai][duː; də] [nɒt] [ˌrekə'mend] ['kɒfi] [æz; əz][ə; eɪ] ['bevərɪdʒ] , [bʌt; bət][æz; əz][ə; eɪ]['medsn; 'medɪsn] .
I do not recommend coffee as a beverage , but as a medicine .
我 做 不是 推荐 咖啡 作为 一个 饮料 , 但 作为 一个 药品 .

我不推荐将咖啡作为饮料，而是推荐将其作为药物。

[deɪt] .
Date .
日期 .

日期。

[ðə; ði] ['nʌrɪʃɪŋ] ['prɒpətiz] [ɒv; əv] [deɪts] [ɑː(r); ə(r)] [wel] [nəʊn] .
The nourishing properties of dates are well known .
这 滋养 特性 的 日期 是 出色地 已知 .

椰枣的营养价值众所周知。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd] , [ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n][ɑː(r); ə(r)]['ɒf(ə)n] [ˌrekə'mendɪd]
They are easily digested , and for this reason are often recommended
他们 是 容易地 消化 , 和 为了 这 原因 是 经常 受到推崇的
[tuː; tə] [kən'sʌmptɪv] ['peɪʃ(ə)nts] .
to consumptive patients .
到 消耗性的 患者 .

它们容易消化，因此经常被推荐给肺结核患者。

[ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə]['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [hɑːf][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] [deɪts] [ænd; ənd][hɑːf][ə; eɪ][paɪnt]
According to Dr . Fernie half a pound of dates and half a pint
根据 到 博士 . 弗尼 一半 一个 磅 的 日期 和 一半 一个 品脱
[ɒv; əv] [njuː] [mɪlk] [wɪl] [meɪk] [ə; eɪ] ['sætɪsfaɪɪŋ] [rɪ'pɑːst][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] [ɪn'geɪdʒd] [ɪn] ['sed(ə)ntri]
of new milk will make a satisfying repast for a person engaged in sedentary
的 新的 牛奶 将要 制作 一个 令人满意 餐饮 为了 一个 人 已订婚的 在 久坐的
[wɜːk] .
work .
工作 .

费尔尼博士表示，半磅枣和半品脱新鲜牛奶对于从事久坐工作的人来说，就是一顿令人满意的餐食。

['eldəberi] .
Elderberry .
接骨木 .

接骨木。

[ðə; ði] ['eldəberi] [hæz; həz]['fɔːlən]['ɪntuː] [nɪ'glekt] [ɒv; əv] [leɪt] [j'iəz] , ['əʊɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði]
The elderberry has fallen into neglect of late years , owing to the
这 接骨木 有 倒下 进入 忽视 的 晚的 年 , 欠款 到 这

近年来，由于种种原因，接骨木树逐渐被人们忽视了。

['leɪzi][ænd; ənd] [dɪ'zɑːstrəs] ['mɒd(ə)n]['hæbɪt][ɒv; əv] ['sʌbstɪtjuːtɪŋ] [ðə; ði]['mɪnərəl] [drʌgz] [ɒv; əv][ðə; ði]
lazy and disastrous modern habit of substituting the mineral drugs of the
懒惰的 和 灾难性的 现代的 习惯 的 替换 这 矿物 药物 的 这
['kemɪst] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [həʊm] - [meɪd] ['vedʒtəb(ə)l] ['remədiz] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['grænd,mʌðə] .
chemist for the home - made vegetable remedies of our grandmothers .
化学家 为了 这 家 - 制成 蔬菜 补救措施 的 我们的 祖母们 .

现代人懒惰而灾难性的习惯，就是用化学家的矿物药代替我们祖母自制的植物药。

[ˌnevəðə'les] , [ðə; ði] ['eldəberi] [ɪz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði][məʊst] ['eɪnʃənt] [ænd; ənd] [traɪd] [ɒv; əv]
Nevertheless , the elderberry is one of the most ancient and tried of
尽管如此 , 这 接骨木 是 一 的 这 最多 古老的 和 尝试 的
['medsnz] ,
medicines ,
药物 ,

然而，接骨木莓是最古老、最久经考验的药物之一。

[held] [ɪn] [sʌtʃ] [greɪt] [ɪ'stiːm] [ɪn] ['dʒɜːməni] [ðæt] , [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði]['dʒɜːmən][fəʊk] - [lɔː(r)] ,
held in such great esteem in Germany that , according to the German folk - lore ,
握住 在 这样的 伟大的 尊重 在 德国 那 , 根据 到 这 德语 民间 - 知识 ,

在德国，它备受推崇，根据德国民间传说，

[men] [ʃʊd; ʃəd] [teɪk] [ɒf] [ðeə(r)][hæts][ɪn][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv][æn; ən]['eldə(r)] - [triː] .
men should take off their hats in the presence of an elder - tree .
男人 应该 拿 离开 他们的 帽子 在 这 在场 的 一个 长老 - 树 .

男士在接骨木树前应脱帽致敬。

[ɪn] ['denmɑːk] [ðeə(r)][ɪz][ə; eɪ]['ledʒənd][tuː; tə][ðə; ði] [ɪ'fekt] [ðæt] [ðə; ði] [triːz] [ɑː(r); ə(r)]['ʌndə(r)][ðə; ði]
In Denmark there is a legend to the effect that the trees are under the
在 丹麦 那里 是 一个 传奇 到 这 影响 那 这 树木 是 在下面 这
[prə'tekʃ(ə)n] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['biːɪŋ] [nəʊn] [æz; əz][ðə; ði]['eldə(r)] - ['mʌðə(r)] ,
protection of a being known as the Elder - Mother ,
保护 的 一个 存在 已知 作为 这 长老 - 母亲 ,

丹麦流传着一个传说，说树木受到一位被称为"长老母亲"的神灵的庇护。

[huː] [hæz; həz] [biːn] [ɪ'mɔːtəlaiz] [ɪn][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði]['feəri][teɪlz; 'teɪliːz][ɒv; əv][hæns]['ændərsən] .
who has been immortalised in one of the fairy tales of Hans Andersen .
WHO 有 到过 永垂不朽 在 一 的 这 仙女 故事 的 汉斯 安徒生 .

他因汉斯·安徒生的童话故事而永垂不朽。

[ðə; ði] ['beriz] [ɒv; əv][ðə; ði]['eldə(r)] - [triː] [ɑː(r); ə(r)][nɒt]['pælətəb(ə)l] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][biː; bi] [juːst] [æz; əz]
The berries of the elder - tree are not palatable enough to be used as
这 浆果 的 这 长老 - 树 是 不是 可口的 足够的 到 是 用过的 作为
[ə; eɪ] ['kɒmən] ['ɑːtɪk(ə)l][ɒv; əv] [fuːd] ,
a common article of food ,
一个 常见的 文章 的 食物 ,

接骨木树的浆果味道不够好，不适合作为日常食物。

[bʌt; bət][ɪn][ðə; ði] [deɪz] [wen] ['nɪəli] ['evri] ['gɑːd(ə)n] ['bəʊstɪd] [ɪts]['eldə(r)] - [triː] [fjuː] ['haʊswaɪvz]
but in the days when nearly every garden boasted its elder - tree few housewives
但 在 这 天 什么时候 几乎 每一个 花园 吹嘘 它是 长老 - 树 很少 家庭主妇
[əʊ'mɪtɪd] [tuː; tə] [meɪk] ['eldəberi] [waɪn] [ɪn] [djuː] ['siːz(ə)n] .
omitted to make elderberry wine in due season .
省略 到 制作 接骨木 葡萄酒 在 到期的 季节 .

但在几乎每个花园都种有接骨木树的年代，很少有家庭主妇会在适当的时候酿造接骨木果酒。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt] [pə'mɪtɪd] [tuː; tə] " [fuːd] - [rɪ'fɔːməz] " [tuː; tə] [meɪk] " [waɪn] , " [bʌt; bət] [ðəʊz] ['ridər] [huː] [ɑː(r); ə(r)] ['fɔːtʃənət]

It is not permitted to " food - reformers " to make " wine , " but those readers who are fortunate

它 是 不是 允许 到 " 食物 - 改革者 " 到 制作 " 葡萄酒 , " 但 那些 读者 WHO 是 幸运

"食品改革者"不被允许酿造"葡萄酒"，但那些幸运的读者却有幸能做到。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[Pg 36]

[页 -]

[第36页]

[ɪ'nʌf] [tuː; tə] [pə'zes] [æn; ən]['eldə(r)] - [triː] [mait] [wel] [prɪ'zɜːv] [ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv][ðə; ði] ['beriz] [ə'genst] ['wɪntə(r)] [kɒfs] [ænd; ənd][k'əʊldz] .

enough to possess an elder - tree might well preserve the juice of the berries against winter coughs and colds .

足够的 到 具有 一个 长老 - 树 可能 出色地 保存 这 汁 的 这 浆果 反对 冬天 咳嗽 和 感冒 .

拥有一棵接骨木树或许就能保存其浆果汁，以预防冬季咳嗽和感冒。

[prɪ'zɜːvd] [fruːt] [dʒuːs] .

Preserved Fruit Juice .

保存完好 水果 汁 .

保鲜果汁。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [ɪz][iː] . [ænd; ənd][biː] . [meɪz] ['resəpi][fɔː(r); fə(r)] [prɪ'zɜːrv] [fruːt][dʒuːs] .

The following is E . and B . May's recipe for preserving fruit juice .

这 下列的 是 E . 和 B . 五月份 食谱 为了 保存 水果 汁 .

以下是 E. 和 B. May 保存果汁的配方。

[pʊt][ðə; ði][fruːt]['ɪntuː][ə; eɪ] [prɪ'zɜːrv] - [pæn] ,

Put the fruit into a preserving - pan ,

放 这 水果 进入 一个 保存 - 平底锅 ,

将水果放入果酱盘中，

[krʌʃ] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd] [ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] ['sɪmə(r)] ['sləʊli] [ʌn'tɪl][ðə; ði][dʒuːs][ɪz] [wel] [drɔːn] [aʊt] .

crush it and allow it to simmer slowly until the juice is well drawn out .

压碎 它 和 允许 它 到 煨 缓慢地 直到 这 汁 是 出色地 绘制 出去 .

将其捣碎，然后小火慢炖，直到汁液完全析出。

[ðɪs] [wɪl] [teɪk] [ə'baʊt][æn; ən]['aʊə(r)] .

This will take about an hour .

这 将要 拿 关于 一个 小时 .

这大约需要一个小时。

[pres] [aʊt][ðə; ði][dʒuːs][ænd; ənd] [streɪn] [θruː] [ə; eɪ]['dʒeli] - [bæg][ʌn'tɪl] [kwaɪt][klɪə(r)] .

Press out the juice and strain through a jelly - bag until quite clear .

按 出去 这 汁 和 拉紧 通过 一个 果冻 - 包 直到 相当 清除 .

挤出汁液，然后用果冻袋过滤，直到汁液完全清澈。

[pʊt][ðə; ði][dʒuːs] [bæk] ['ɪntuː][ðə; ði][pæn] ,

Put the juice back into the pan ,

放 这 汁 后退 进入 这 平底锅 ,

把汁水倒回锅里，

[ænd; ənd][tuː; tə] ['evri] [kwɔːt] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['kwɔːtə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] [best] [keɪn] ['ʃʊgə(r)] .

and to every quart add a quarter of a pound of best cane sugar .

和 到 每一个 夸脱 添加 一个 四分之一 的 一个 磅 的 最好的 甘蔗 糖 .

每夸脱牛奶中加入四分之一磅优质蔗糖。

[stɜː(r)] [ʌn'tɪl] [dɪ'zɒlvd] .
Stir until dissolved .
搅拌 直到 溶解 .

搅拌至完全溶解。

[pʊt] [ðə; ði] [dʒuːs] ['ɪntuː] [kliːn] , [draɪ] ['bɒtlz] .
Put the juice into clean , dry bottles .
放 这 汁 进入 干净的 , 干燥 瓶子 .

将果汁装入干净干燥的瓶子中。

[stænd] [ðə; ði] ['bɒtlz] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] [ɒv; əv] [hɒt] ['wɔːtə(r)] ,
Stand the bottles in a pan of hot water ,
站立 这 瓶子 在 一个 平底锅 的 热的 水 ,

将瓶子放入一锅热水中，

[ænd; ənd] [wen] [ðə; ði] ['lætə(r)] [hæz; həz] [kʌm] [tuː; tə] [ðə; ði] [bɔɪl] [ə'laʊ] [ðə; ði] ['bɒtlz] [tuː; tə] [rɪ'meɪn] [ɪn]
and when the latter has come to the boil allow the bottles to remain in
和 什么时候 这 后者 有 来 到 这 熬 允许 这 瓶子 到 保持 在
[ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .
the boiling water for fifteen minutes .
这 沸腾 水 为了 十五 分钟 .

当水烧开后，让瓶子在沸水中浸泡十五分钟。

[ðə; ði] [aɪ'dɪə] [ɪz] [tuː; tə] [brɪŋ] [ðə; ði] [dʒuːs] [ˌɪn'saɪd] [ðə; ði] ['bɒtlz] [tuː; tə] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] [dʒʌst] [bɪ'fɔː(r)]
The idea is to bring the juice inside the bottles to boiling point just before
这 主意 是 到 带来 这 汁 里面 这 瓶子 到 沸腾 观点 只是 前
['siːlɪŋ] [ʌp] ,
sealing up ,
密封 向上 ,

其原理是在密封前将瓶中的果汁加热至沸点。

[bʌt; bət] [nɒt] [tuː; tə] [bɔɪl] [ˌaɪ 'tiː] .
but not to boil it .
但 不是 到 熬 它 .

但不要煮沸。

[siː] [ðæt] [ðə; ði] ['bɒtlz] [ɑː(r); ə(r)] [fʊl] .
See that the bottles are full .
看 那 这 瓶子 是 满的 .

确保瓶子都装满了。

[kɔːk] [ɪ'miːdiətli] [ɒn] ['teɪkɪŋ] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði]
Cork immediately on taking out of the
软木 立即地 在 采取 出去 的 这

取出后立即塞入软木塞

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 37]
[页 -]

[第37页]

[pæn] , [ænd; ənd] [ðen] [siːl] [ʌp] .
pan , and then seal up .
平底锅 , 和 然后 海豹 向上 .

用平底锅煎，然后密封。

[tuː; tə] [siːl] [mɪks] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['plɑːstə(r)] [ɒv; əv] ['pærɪs] [wɪð] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [spred] [ˌaɪ 'tiː] [wel] ['əʊvə(r)]
To seal mix a little plaster of Paris with water and spread it well over
到 海豹 混合 一个 小的 石膏 的 巴黎 和 水 和 传播 它 出色地 超过
[ðə; ði] [kɔːk] .
the cork .
这 软木 .

为了密封，将少量石膏粉与水混合，然后均匀涂抹在软木塞上。

[let] [ˌaɪ 'tiː] [kʌm] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [bɪ'ləʊ] [ðə; ði] [kɔːk] [səʊ][æz; əz][tuː; tə] [ɪk'skluːd] [ɔːl][eə(r)] .
Let it come a little below the cork so as to exclude all air .
让 它 来 一个 小的 以下 这 软木 所以 作为 到 排除 全部 空气 .

让瓶塞略低于瓶塞，以排除所有空气。

[ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv][ðə; ði] ['eldəberi] [ɪz] ['feɪməs] [fɔː(r); fə(r)] [prə'məʊtɪŋ] [ˌpɜːspə'reɪʃn] ,
The juice of the elderberry is famous for promoting perspiration ,
这 汁 的 这 接骨木 是 著名的 为了 推广 汗 ,

接骨木果汁以促进发汗而闻名。

[hens] [ɪts] ['efɪkəsi] [ɪn][ðə; ði][kjʊə(r)][ɒv; əv][k'əʊldz] .
hence its efficacy in the cure of colds .
因此 它是 功效 在 这 治愈 的 感冒 .

因此它对治疗感冒很有效。

[tuː] ['teibl,spuːnful] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən][æt; ət][bed] - [taɪm] [ɪn][ə; eɪ]['tʌmblə(r)][ɒv; əv][hɒt]['wɔːtə(r)] .
Two tablespoonfuls should be taken at bed - time in a tumbler of hot water .
二 汤匙 应该 是 已采取 在 床 - 时间 在 一个 不倒翁 的 热的 水 .

睡前将两汤匙药粉加入一杯热水中服用。

[ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv][ðə; ði] ['eldəberi] [ɪz] ['eksələnt] [ɪn] ['fiːvə] , [ænd; ənd][ɪz]['ɔːlsəʊ] [sed] [tuː; tə] [prə'məʊt] [lɒn'dʒevəti] .
The juice of the elderberry is excellent in fevers , and is also said to promote longevity .
这 汁 的 这 接骨木 是 出色的 在 发烧 , 和 是 还 说 到 推动 长寿 .

接骨木果汁对退烧有很好的疗效，据说还能延年益寿。

['eldəberi] ['pəʊltɪs] .
Elderberry Poultice .
接骨木 药膏 .

接骨木果膏。

" [ðə; ði] [liːvz] [ɒv; əv][ðə; ði]['eldə(r)] , [bɔɪld] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [sɒft] , [wɪð] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['lɪnsiːd] [ɔɪl] ['ædɪd] [ˌðeə'tuː] ,
" The leaves of the elder , boiled until they are soft , with a little linseed oil added thereto ,
" 这 树叶 的 这 长老 , 煮沸 直到 他们 是 柔软的 , 和 一个 小的 亚麻籽 油 额外 到 ,

将接骨木叶煮至软烂，加入少许亚麻籽油，

" [leɪd] [ə'pɒn] [ə; eɪ] ['skɑːlət] [klɒθ] [ænd; ənd] [ə'plaɪd] , [æz; əz] [hɒt] [æz; əz] [ˌaɪ 'tiː] [kæn; kən] [biː; bi] [bɔːn] ,
" laid upon a scarlet cloth and applied , as hot as it can be borne ,
" 铺设 之上 一个 猩红 布 和 应用 , 作为 热的 作为 它 能 是 出生 ,

将药膏铺在猩红色的布上，趁热敷于患处，

[tuː; tə] [paɪlz] , [hæz; həz] [biːn] [sed] [tuː; tə][biː; bi][æn; ən] [ɪn'fæləbl] ['remədi] .
to piles , has been said to be an infallible remedy .
到 堆 , 有 到过 说 到 是 一个 绝对正确 补救 .

据说它是治疗痔疮的万无一失的良方。

[iːtʃ] [taɪm] [ðɪs] ['pəʊltɪs] [gets] [kəʊld] [ˌaɪ 'tiː] [mʌst; məst] [biː; bi] [rɪ'njuːd] [fɔː(r); fə(r)] " [ðə; ði] [speɪs] [ɒv; əv] [æn; ən]['aʊə(r)] .
Each time this poultice gets cold it must be renewed for " the space of an hour .
每个 时间 这 药膏 获得 寒冷的 它 必须 是 更新 为了 " 这 空间 的 一个 小时 .

每次敷药变冷后，都必须重新敷药"一小时"。

" [æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv] [ðɪs] [taɪm] [ðə; ði]['faɪn(ə)l] ['dresɪŋ] [ɪz][tuː; tə][biː; bi] " [baʊnd] [ɒn] ,
" At the end of this time the final dressing is to be " bound on ,
" 在 这 结尾 的 这 时间 这 最终的 敷料 是 到 是 " 边界 在 ,

"到最后，要进行最后的包扎，

" [ænd; ənd][ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt] " [pʊt] [wɔːm] [tuː; tə][bed] .
" and the patient " put warm to bed .
" 和 这 病人 " 放 温暖的 到 床 .

病人"被温暖地安置在床上"。

" [ɪf] ['nesəsəri] [ðə; ði]
" If necessary the
" 如果 必要的 这

"如有必要的话

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 38]
[页 -]

[第38页]

[həʊl] [ˌɒpə'reɪʃ(ə)n][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [rɪ'piːtɪd] ;
whole operation is to be repeated ;
所有的 手术 是 到 是 重复 ;

整个操作需要重复进行;

[bʌt; bət][ðə; ði]['raɪtə(r)] [ə'ʃuə] [ˌjuː 'es] [ðæt] " [ðɪs] [hæθ] [nɒt] [jet] [feɪld] [æt; ət][ðə; ði][fɜːst] ['dresɪŋ]
but the writer assures us that " this hath not yet failed at the first dressing
但 这 作家 保证 我们 那 " 这 有 不是 然而 失败的 在 这 第一的 敷料
[tuː; tə][kjʊə(r)][ðə; ði] [dɪ'ziːz] .
to cure the disease .
到 治愈 这 疾病 .

但作者向我们保证,"第一次敷药就治愈了这种疾病,至今还没有失败过。"

" [ɪf] ['eni] ['riːdə(r)] [dɪ'zaɪr] [tuː; tə][traɪ][ðə; ði][ɪk'sperɪmənt][ai] [wʊd] [sə'dʒest] [ðæt] [ðə; ði] [liːvz] [biː; bi]
" If any reader desires to try the experiment I would suggest that the leaves be
" 如果 任何 读者 欲望 到 尝试 这 实验 我 会 建议 那 这 树叶 是
[stiːmd] ['rɑːðə(r)][ðæn; ðən] [bɔɪld] ,
steamed rather than boiled ,
蒸 相当 比 煮沸 ,

"如果读者想要尝试这个实验,我建议用蒸的方式而不是煮的方式烹饪叶子。"

[ænd; ənd][pjʊə(r)] ['ɒlɪv] [ɔɪl] [juːst] [ɪn][ðə; ði] [pleɪs] [ɒv; əv] ['lɪnsiːd] [ɔɪl] .
and pure olive oil used in the place of linseed oil .
和 纯的 橄榄 油 用过的 在 这 地方 的 亚麻籽 油 .

并用纯橄榄油代替亚麻籽油。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst]['ɔːlsəʊ][biː; bi] [rɪ'membəd] [ðæt] [nəʊ] ['aʊtwəd] [ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n][kæn; kən][biː; bi] [ɪk'spektɪd]
It must also be remembered that no outward application can be expected
它 必须 还 是 记得 那 不 向外 应用 能 是 预期的
[tuː; tə] [ɪ'fekt] [ə; eɪ] ['pɜːmənənt] [kjʊə(r)] ,
to effect a permanent cure ,
到 影响 一个 永恒的 治愈 ,

还必须记住,任何外用方法都不能指望达到永久治愈的效果。

[sɪns] [ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv] [paɪlz] ['ɪndɪkeɪts] [æn; ən] ['efət] [ɒv; əv]['neɪtʃə(r)][tuː; tə][klɪə(r)] [aʊt] [sʌm; səm]
since the presence of piles indicates an effort of Nature to clear out some
自从 这 在场 的 堆 表示 一个 努力 的 自然 到 清除 出去 一些
['pɔɪz(ə)n][frɒm; frəm][ðə; ði] ['sɪstəm] .
poison from the system .
毒 从 这 系统 .

因为痔疮的存在表明大自然正在努力清除体内的一些毒素。

[bʌt; bət] [ɪf] [ðɪs] [ɪk'spʌlʃ(ə)n] [ɪz] [ə'sɪstɪd] [baɪ] [ə'prəʊpriət] [miːnz] [ðə; ði] [peɪn] [meɪ] [wel] [biː; bi]
But if this expulsion is assisted by appropriate means the pain may well be
但 如果 这 驱逐 是 协助 经过 合适的 方法 这 疼痛 可能 出色地 是
[ə'liːvieɪtɪd] [baɪ] [ɪk'stɜːn(ə)l] [ˌæplɪ'keɪʃ(ə)nz] .
alleviated by external applications .
缓解 经过 外部的 应用程序 .

但是，如果借助适当方法辅助排出，外用药物很可能可以缓解疼痛。

(['pepə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ə'vɔɪdɪd] [baɪ] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] [paɪlz] .)
(Pepper should be avoided by sufferers from piles .)
(胡椒 应该 是 避免 经过 受害者 从 堆 .)

（痔疮患者应避免食用胡椒。）

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

[ə; eɪ] " [lʌmp] [ɒv; əv] [fɪgz] " [leɪd] [ɒn] [ðə; ði] [bɔɪl] [ɒv; əv] [kɪŋ] [ˌhɛzɪ'kaɪə] ,
A " lump of figs " laid on the boil of King Hezekiah ,
一个 " 块 的 无花果 " 铺设 在 这 熬 的 国王 希西家 ,

一块"无花果"敷在希西家王的疮上。

[æz; əz] [rɪ'kɔːdɪd] [ɪn] [ˌtuː'tuː] [kɪŋz] ['eks 'eks] . ['sɛvən] , [brɔːt] [ə'baʊt] [ðæt] ['mɑːnərks] [rɪ'kʌvəri] .
as recorded in 2 Kings xx . 7 , brought about that monarch's recovery .
作为 记录 在 2 国王 xx . 7 , 带来 关于 那 君主的 恢复 .

列王纪下 20.7 记载，这促成了那位君主的康复。

[ðə; ði] [fɪgz] [juːst] [wɜː(r); wə(r)] ['daʊtləs] [raɪp] [fɪgz] , [nɒt] [ðə; ði] [draɪd] [fɪgz] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['grəusəz] .
The figs used were doubtless ripe figs , not the dried figs of our grocers .
这 无花果 用过的 是 毫无疑问 成熟 无花果 , 不是 这 干燥 无花果 的 我们的 杂货商 .

所用的无花果无疑是成熟的无花果，而不是我们杂货店里卖的干无花果。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 39]
[页 -]

[第39页]

" [ðɪs] [fruːt] , " [sez] ['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] , " [ɪz] [sɒft] , ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd] , [ænd; ənd] [kə'rektɪv]
" This fruit , " says Dr . Fernie , " is soft , easily digested , and corrective
" 这 水果 , " 说道 博士 . 弗尼 , " 是 柔软的 , 容易地 消化 , 和 矫正
[ɒv; əv] ['struːməs] [dɪ'ziːz] .
of strumous disease .
的 鼓膜 疾病 .

"这种水果，"费尔尼博士说，"质地柔软，容易消化，而且可以治疗瘰疬。"

" [ðə; ði] [lɑːdʒ] [bluː] [fɪg] [meɪ] [biː; bi] [grəʊn] [ɪn] ['ɪŋglənd] ,
" The large blue fig may be grown in England ,
" 这 大的 蓝色的 如图 可能 是 生长 在 英格兰 ,

"大蓝无花果可以在英国种植，

[ɪn] [ðə; ði] ['maɪldə(r)] [pɑːts] [ænd; ənd] ['ʌndə(r)] [ə; eɪ] [wɔːm] [wɔːl] .
in the milder parts and under a warm wall .
在 这 较温和 部分 和 在下面 一个 温暖的 墙 .

在气候温和的地区和温暖的墙壁下。

[ðə; ði] [freʃ] [fɪgz] [wɜː(r); wə(r)] ['reəli] [siːn] [æt; ət] [wʌn] [taɪm] [ˌaʊt'saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lɑːdʒ] " [haɪ] - [klɑːs]
The fresh figs were rarely seen at one time outside of the large " high - class
这 新鲜的 无花果 是 很少 已见 在 一 时间 外部 的 这 大的 " 高的 - 班级
" [fruːt] [ʃɒps] ,
" fruit shops ,
" 水果 商店 ,

新鲜无花果以前很少能在大型"高档"水果店以外的地方见到。

[bʌt; bət][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][lɑːst][jɪə(r)][ɔː(r)] [tuː] [ai][hæv; həv] [siːn] [ðem; ðəm] ['pedl] [ɪn][ðə; ði] [striːts]
but for the last year or two I have seen them peddled in the streets
但 为了 这 最后的 年 或者 二 我 有 已见 他们 兜售 在 这 街道

[ɒv; əv] ['lʌndən] [laɪk] ['æplz] [ænd; ənd] ['ɒrɪndʒɪz] [ɪn] [djuː] ['siːz(ə)n] .
of London like apples and oranges in due season .
的 伦敦 喜欢 苹果 和 橙子 在 到期的 季节 .

但在过去一两年里，我看到它们像应季的苹果和橘子一样在伦敦街头兜售。

[griːn] [fɪgz] ([nɒt] [ˌʌn'raɪp]) [wɜː(r); wə(r)] ['kɒmənli] ['iːt(ə)n] [baɪ] ['rəʊmən] ['glædieɪtəz] ,
Green figs (not unripe) were commonly eaten by Roman gladiators ,
绿色的 无花果 (不是 生) 是 通常 吃 经过 罗马 角斗士 ,

罗马角斗士经常食用青无花果（非未成熟）。

[wɪtʃ] [ɪz]['ʃʊəli; 'ʃɔːli][ə; eɪ] [sə'fɪʃ(ə)nt] ['trɪbjuːt] [tuː; tə][ðə; ði] [fruːts] [streŋθ] - ['gɪvɪŋ] ['kwɒlətiz] .
which is surely a sufficient tribute to the fruit's strength - giving qualities .
哪个 是 一定 一个 充足的 贡 到 这 水果 力量 - 给予 品质 .

这无疑充分证明了这种水果具有增强体力的功效。

[ðə; ði] [best] [wei] [ɒv; əv] [prɪ'peərɪŋ] [draɪd] [fɪgz] [fɔː(r); fə(r)] ['iːtɪŋ] [ɪz][tuː; tə] [wɒʃ] [ðem; ðəm] ['veri]
The best way of preparing dried figs for eating is to wash them very
这 最好的 方式 的 准备 干燥 无花果 为了 吃 是 到 洗 他们 非常

['kwɪkli] [ɪn] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] ,
quickly in warm water ,
迅速地 在 温暖的 水 ,

食用干无花果的最佳方法是用温水快速冲洗。

[ænd; ənd] [stiːm] [fɔː(r); fə(r)] ['twenti] ['mɪnɪts] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['tendə(r)] .
and steam for twenty minutes or until tender .
和 蒸汽 为了 二十 分钟 或者 直到 投标 .

蒸20分钟或直至软烂。

[greɪp] .
Grape .
葡萄 .

葡萄。

[ðə; ði] ['speʃ(ə)l] ['væljuː] [ɒv; əv] [ðə; ði] [greɪp] [laɪz] [ɪn] [ðə; ði] [fækt] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ə; eɪ] ['veri] [kwɪk] [rɪ'peərə(r)]
The special value of the grape lies in the fact that it is a very quick repairer
这 特别的 价值 的 这 葡萄 谎言 在 这 事实 那 它 是 一个 非常 快的 修理工

[ɒv; əv] ['bɒdɪli] [weɪst] ,
of bodily waste ,
的 身体上的 浪费 ,

葡萄的特殊价值在于它能非常迅速地清除体内废物。

[ðə; ði] [greɪp] ['ʃʊgə(r)] ['biːɪŋ] ['teɪkən] [ɪ'miːdiətli] ['ɪntuː] [ðə; ði] [ˌsɜːkjə'leɪʃ(ə)n] [wɪ'ðaʊt] ['priːviəs] [ˌdiː 'aɪ]
the grape sugar being taken immediately into the circulation without previous di
这 葡萄 糖 存在 已采取 立即地 进入 这 循环 没有 以前的 迪

葡萄糖未经事先处理直接进入血液循环。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 40]
[页 -]

[第40页]

['dʒestʃən] .
gestion .
妊娠 .

妊娠。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ɪz] [greɪp] [dʒuːs] [ðə; ði] [best] ['pɒsəb(ə)l] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)] ['fiːvə(r)] ['peɪʃ(ə)nts] ,
For this reason is grape juice the best possible food for fever patients ,
为了 这 原因 是 葡萄 汁 这 最好的 可能的 食物 为了 发烧 患者 ,

因此，葡萄汁是发烧病人最好的食物吗？

[kən'sʌmptɪv] , [ænd; ənd] [ɔːl] [huː] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn] [ə; eɪ] [wiːk] [ænd; ənd] [dɪ'bɪlɪteɪtɪd] [kən'dɪʃn] .
consumptives , and all who are in a weak and debilitated condition .
肺痨 , 和 全部 WHO 是 在 一个 虚弱的 和 虚弱的 状况 .

肺痨患者以及所有身体虚弱、体弱多病的人。

[ðə; ði] [greɪps] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] [tʃuː] , [ðə; ði] [dʒuːs] [ænd; ənd] [pʌlp] [sw'ɒləʊd] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] [stəʊnz] [rɪ'dʒektɪd] .
The grapes should be well chewed , the juice and pulp swallowed , and the skin and stones rejected .
这 葡萄 应该 是 出色地 咀嚼 , 这 汁 和 纸浆 吞咽 , 和 这 皮肤 和 石头 拒绝 .

葡萄应该充分咀嚼，果汁和果肉吞下，果皮和果核则丢弃。

[ɪn] ['kʌntriz] [weə(r)] [ðə; ði] [greɪp] [kjʊə(r)] [ɪz] ['præktɪst] ,
In countries where the grape cure is practised ,
在 国家 在哪里 这 葡萄 治愈 是 已实践 ,

在采用葡萄腌制法的国家，

[kən'sʌmptɪv] ['peɪʃ(ə)nts] [ɑː(r); ə(r)] [fed] [ɒn] [ðə; ði] [s'wiːtər] [və'raɪətiz] [ɒv; əv] [greɪp] , [waɪl] [ðəʊz] ['trʌbld] [wɪð] ['lɪvə(r)] [kəm'pleɪnts] ,
consumptive patients are fed on the sweeter varieties of grape , while those troubled with liver complaints ,
消耗性的 患者 是 美联储 在 这 更甜 品种 的 葡萄 , 尽管 那些 麻烦 和 肝 投诉 ,

肺痨患者食用的是较甜的葡萄品种，而肝病患者则食用较甜的葡萄品种。

['æsɪd] [gaʊt] , [ɔː(r)] ['ʌðə(r)] [ɪ'fekts] [ɒv; əv] ['əʊvə(r)] - ['fiːdɪŋ] , [teɪk] [ðə; ði] [les] [swiːt] [kaɪndz] .
acid gout , or other effects of over - feeding , take the less sweet kinds .
酸 痛风 , 或者 其他 效果 的 超过 - 喂养 , 拿 这 较少的 甜的 种类 .

酸性痛风或其他过度喂养引起的症状，请食用不太甜的口味。

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] ['deprikeit] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [greɪps] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] ['ɔːd(ə)n(ə)ri] ['gaʊti] [ɔː(r)] [ru'mætɪk] ['peɪʃ(ə)nt] ,
Dr . Fernie deprecates the use of grapes for the ordinary gouty or rheumatic patient ,
博士 . 弗尼 已弃用 这 使用 的 葡萄 为了 这 普通的 痛风 或者 风湿病 病人 ,

费尔尼医生不建议普通痛风或风湿病患者食用葡萄。

[bʌt; bət] [wɪð] [ɔːl] [djuː] ['defərəns] [tuː; tə] [ðæt] ['lɜːnɪd] [ɔː'θɒrəti] ,
but with all due deference to that learned authority ,
但 和 全部到期的 尊重 到 那 学习 权威 ,

但恕我直言，我对这位权威人士仍持尊重态度。

[ai] [duː; də] [nɒt] [bɪ'liːv] [ðə; ði] [fruːt] [ɪg'zɪsts] [ðæt] [ɪz] [nɒt] [ˌbenɪ'fɪʃ(ə)l] [tuː; tə] [ðə; ði] ['gaʊti] ['pɜːs(ə)n] .
I do not believe the fruit exists that is not beneficial to the gouty person .
我 做 不是 相信 这 水果 存在 那 是 不是 有利 到 这 痛风 人 .

我不认为有任何水果对痛风患者没有益处。

[wʌn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [məʊst] ['gaʊti] [ænd; ənd] [ru'mætɪk] ['piːp(ə)l] [ai] [nəʊ] , [ə; eɪ] [ˌvedʒə'teəriən] [huː] ['sɜːt(ə)nli] ['nevə(r)] ['əʊvə(r)] - [fiːdz] [hɪm'self] ,
One of the most gouty and rheumatic people I know , a vegetarian who certainly never over - feeds himself ,
一 的 这 最多 痛风 和 风湿病 人们 我 知道 , 一个 素食 WHO 当然 绝不 超过 - 饲料 他自己 ,

我认识的人当中，有一个人痛风和风湿病症状非常严重，他是个素食主义者，而且绝对不会暴饮暴食。

[dɪ'raɪvz] [greɪt] ['benɪfɪt] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] - ['ɔːlməʊst] [ɪk'skluːsɪv] ['daɪət] [ɒv; əv] [greɪps] .
derives great benefit from a few days ' almost exclusive diet of grapes .
衍生 伟大的 益处 从 一个 很少 天 - 几乎 独家的 饮食 的 葡萄 .

几天几乎只吃葡萄就能获得极大的益处。

[kriːm] [ɒv; əv]['tɑːtə(r)] ,
Cream of tartar ,
奶油 的 鞑靼 ,

塔塔粉，

[ə; eɪ] ['pɒtæʃ] [sɔːlt] [əb'teɪnd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [krʌst] [fɔːmd] [ə'pɒn] ['bɒtlz] [ænd; ənd] [kɑːsk] [baɪ] [greɪp] [dʒuːs] [wen]
a potash salt obtained from the crust formed upon bottles and casks by grape juice when
一个 钾肥 盐 获得 从 这 地壳 形成 之上 瓶子 和 酒桶 经过 葡萄 汁 什么时候

从葡萄汁在瓶子和木桶上形成的结壳中提取的钾盐

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 41]
[页 -]

[第41页]

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ˌʌndə'gəu] [ˌfɜːmen'teɪʃ(ə)n] [ɪn][ðə; ði]['prəʊses][ɒv; əv] [bɪ'kʌmɪŋ] [waɪn] , [ɪz]['ɒf(ə)n] [juːst] [æz; əz] [ə; eɪ]['medsn; 'medɪsn] .
it is undergoing fermentation in the process of becoming wine , is often used as a medicine .
它 是 正在经历 发酵 在 这 过程 的 成为 葡萄酒 , 是 经常 用过的 作为 一个 药品 .

它在发酵过程中会变成葡萄酒，并且经常被用作药物。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] ['saɪtɪd][æz; əz][æn; ən] [ɪn'fæləbl] [spə'sɪfɪk][ɪn] [keɪsɪz][ɒv; əv]['smɔːlpɒks] ,
It has been cited as an infallible specific in cases of smallpox ,
它 有 到过 引用 作为 一个 绝对正确 具体的 在 案例 的 天花 ,

它被认为是天花病例中绝对可靠的特异性检测方法。

[bʌt; bət][ai][duː; də][nɒt] [ˌrekə'mend] [ɪts][juːz] ,
but I do not recommend its use ,
但 我 做 不是 推荐 它是 使用 ,

但我并不建议使用它。

[æz; əz][ˌaɪ 'tiː] ['prɒbəbli] [gets] [kən'tæməneɪtɪd] [wɪð] ['ʌðə(r)] ['sʌbstəns] ['djʊərɪŋ][ðə; ði]['prəʊses][ɒv; əv] [ˌmænju'fæktʃə(r)] .
as it probably gets contaminated with other substances during the process of manufacture .
作为 它 大概 获得 污染 和 其他 物质 期间 这 过程 的 生产 .

因为在生产过程中，它很可能被其他物质污染。

[ɪn] ['eni] [keɪs] [ɪts]['væljuː] ['kænɒt] [biː; bi] [kəm'peəd] [wɪð] [ðə; ði] [freʃ] , [raɪp] [fruːt] .
In any case its value cannot be compared with the fresh , ripe fruit .
在 任何 案件 它是 价值 不能 是 比较的 和 这 新鲜的 , 成熟 水果 .

无论如何，它的价值都无法与新鲜成熟的水果相提并论。

[ai][hæv; həv]['lɪt(ə)l] [daʊt] [bʌt; bət] [ðæt] [æn; ən] [ɪk'skluːsɪv] ['daɪət][ɒv; əv] [greɪps] , [kəm'baɪnd] [wɪð] [wɔːmθ] ,
I have little doubt but that an exclusive diet of grapes , combined with warmth ,
我 有 小的 怀疑 但 那 一个 独家的 饮食 的 葡萄 , 合并 和 温暖 ,

我几乎可以肯定，只吃葡萄，再加上温暖的气候，

['prɒpə(r)] ['beɪðɪŋ] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['æbsəns] [ɒv; əv] [drʌgz] , [wʊd] [sə'faɪs] [tuː; tə][kjʊə(r)][ðə; ði][məʊst]
proper bathing , and the absence of drugs , would suffice to cure the most
恰当的 洗澡 , 和 这 缺席 的 药物 , 会 足够了 到 治愈 这 最多
[mə'lɪgnənt] [keɪs] [ɒv; əv]['smɔːlpɒks] .
malignant case of smallpox .
恶性 案件 的 天花 .

适当的沐浴，并且不使用药物，足以治愈最严重的天花病例。

['sʌfərə] [frɒm; frəm][mə'leəriə] [meɪ] [juːz] [greɪps] [wɪð] [greɪt] ['benɪfɪt] .
Sufferers from malaria may use grapes with great benefit .
受害者 从 疟疾 可能 使用 葡萄 和 伟大的 益处 .

疟疾患者食用葡萄可能获益匪浅。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] [ðə; ði] [greɪps] , [wɪð] [ðə; ði] [skɪnz] [ænd; ənd] [stəʊnz] ,
For this purpose the grapes , with the skins and stones ,
为了 这 目的 这 葡萄 , 和 这 皮肤 和 石头 ,

为此，葡萄连皮带核，

[ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [wel] ['paʊndɪd] [ɪn][ə; eɪ]['mɔːtə(r)][ænd; ənd] [ə'laʊd] [tuː; tə][stænd][fɔː(r); fə(r)] [θriː] ['aʊəz]
should be well pounded in a mortar and allowed to stand for three hours
应该 是 出色地 猛击 在 一个 砂浆 和 允许 到 站立 为了 三 小时
.
:
.

应该用研钵捣碎，静置三个小时。

[ðə; ði][dʒuːs][ʃʊd; ʃəd] [ðen] [biː; bi] [streɪnd] [ɒf] [ænd; ənd]['teɪkən] .
The juice should then be strained off and taken .
这 汁 应该 然后 是 紧张 离开 和 已采取 .

然后将果汁滤出并饮用。

[ɔː(r)] [p'ɜːsənz] [wɪð] [gʊd] [tiːθ] [meɪ] [iːt] [ðə; ði] [greɪps] , [ɪn'kluːdɪŋ] [ðə; ði] [skɪnz] [ænd; ənd] [stəʊnz] ,
Or persons with good teeth may eat the grapes , including the skins and stones ,
或者 人 和 好的 牙齿 可能 吃 这 葡萄 , 包括 这 皮肤 和 石头 ,

或者，牙齿好的人可以连皮带核一起吃葡萄。

[ɪf] [ðeɪ] ['θʌrəli] ['mæsəreɪt] [ðə; ði]['lætə(r)] .
if they thoroughly macerate the latter .
如果 他们 彻底 浸泡 这 后者 .

如果他们彻底捣碎后者。

[ɪn][ðə; ði] ['æbsəns] [ɒv; əv] [freʃ] [greɪps] ['reɪzn] - [tiː] [ɪz][ə; eɪ] [rɪ'stɔːrɪŋ] [ænd; ənd] ['nʌrɪʃ]
In the absence of fresh grapes raisin - tea is a restoring and nourish
在 这 缺席 的 新鲜的 葡萄 葡萄干 - 茶 是 一个 恢复 和 滋养

如果没有新鲜葡萄，葡萄干茶就成了恢复体力和滋养身体的佳品。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 42]
[页 -]

[第42页]

[ɪŋ] [drɪŋk] .
ing drink .
ing 喝 .

喝饮料。

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [nəʊts] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɒv; əv][ðə; ði] [seɪm] ['prəʊtiːd]['væljuː][æz; əz] [mɪlk] ,
Dr . Fernie notes that it is of the same proteid value as milk ,
博士 . 弗尼 笔记 那 它 是 的 这 相同的 蛋白质 价值 作为 牛奶 ,

费尔尼博士指出，它的蛋白质含量与牛奶相同。

[ɪf] [meɪd] [ɪn][ðə; ði] [prə'pɔːʃ(ə)nz] ['gɪv(ə)n] [bɪ'ləʊ] .
if made in the proportions given below .
如果 制成 在 这 比例 给定 以下 .

如果按照以下比例制作。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [mʌtʃ] [mɔː(r)] ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd][ðæn; ðən][mɪlk] , [ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] [ɒv; əv] [greɪt] [juːz][ɪn]
It is much more easily digested than milk , and therefore of great use in
它 是 很多 更多的 容易地 消化 比 牛奶 , 和 所以 的 伟大的 使用 在
['gæstrɪk] [kəm'pleɪnts] .
gastric complaints .
胃 投诉 .

它比牛奶更容易消化，因此对胃病有很大的疗效。

['sʌfərə] [frɒm; frəm] ['krɒnɪk] [gæ'straɪtɪs][kʊd; kəd][nɒt][duː; də]['betə(r)][ðæn; ðən] [meɪk] ['reɪzn] - [tiː]
Sufferers from chronic gastritis could not do better than make raisin - tea
受害者 从 慢性的 胃炎 可以 不是 做 更好的 比 制作 葡萄干 - 茶
[ðeə(r)][səʊl] [drɪŋk] ,
their sole drink ,
他们的 唯一 喝 ,

对于慢性胃炎患者来说，葡萄干茶是他们唯一的饮品，没有比这更好的选择了。

[ænd; ənd][bə'nɑːnəz][ðeə(r)]['əʊnli] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][taɪm] .
and bananas their only food for a time .
和 香蕉 他们的 仅有的 食物 为了 一个 时间 .

香蕉一度成为它们唯一的食物。

['reɪzn] [tiː] .
Raisin Tea .
葡萄干 茶 .

葡萄干茶。

[tuː; tə] [meɪk] ['reɪzn] - [tiː] , [teɪk] [hɑːf][ə; eɪ][paʊnd][ɒv; əv] [gʊd] ['reɪzɪnz][ænd; ənd] [wɒʃ] [wel] ,
To make raisin - tea , take half a pound of good raisins and wash well ,
到 制作 葡萄干 - 茶 , 拿 一半 一个 磅 的 好的 葡萄干 和 洗 出色地 ,

制作葡萄干茶，取半磅优质葡萄干，洗净即可。

[bʌt; bət] ['kwɪkli] , [ɪn] [ˌluːk'wɔːm] ['wɔːtə(r)] .
but quickly , in lukewarm water .
但 迅速地 , 在 温 水 .

但要尽快用温水冲洗。

[kʌt] [ʌp] ['rʌfli] [ænd; ənd] [pʊt] ['ɪntuː][ðə; ði][əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] [biːf] - [tiː] [dʒɑː(r)] [wɪð] [ə; eɪ] [kwɔːt]
Cut up roughly and put into the old - fashioned beef - tea jar with a quart
切 向上 大致 和 放 进入 这 老的 - 造型 牛肉 - 茶 罐 和 一个 夸脱
[ɒv; əv] [dɪ'stɪld] [ɔː(r)] [bɔɪld] [ænd; ənd] ['fɪltəd] [reɪn]['wɔːtə(r)] .
of distilled or boiled and filtered rain water .
的 蒸馏 或者 煮沸 和 过滤 雨 水 .

将牛肉粗略切碎，放入老式牛肉茶罐中，加入一夸脱蒸馏水或煮沸过滤后的雨水。

[kʊk] [fɔː(r); fə(r)][fɔː(r)] ['aʊəz] , [ɔː(r)][ʌn'tɪl][ðə; ði]['lɪkwɪd][ɪz] [rɪ'djuːst] [tuː; tə][wʌn][paɪnt] .
Cook for four hours , or until the liquid is reduced to 1 pint .
厨师 为了 四 小时 , 或者 直到 这 液体 是 减少 到 1 品脱 .

煮四个小时，或直到液体减少到 1 品脱。

[skɔːld][ə; eɪ][faɪn][heə(r)] [sɪv] [ænd; ənd] [pres] [θruː] [ˌaɪ 'tiː][ɔːl] [ɪk'sept][ðə; ði][skɪnz][ænd; ənd][stəʊnz]
Scald a fine hair sieve and press through it all except the skins and stones
烫伤 一个 美好的 头发 筛 和 按 通过 它 全部 除了 这 皮肤 和 石头
.
.
.

将细毛筛用热水烫一下，然后把除了皮和石头以外的所有东西都压过筛子。

[ɪf] [dɪ'zaɪəd] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['lemən] [dʒuːs] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] .
If desired a little lemon juice may be added .
如果 想要的 一个 小的 柠檬 汁 可能 是 额外 .

如果需要，可以加入少许柠檬汁。

['gʊzbəri] .
Gooseberry .
醋栗 .

醋栗。

[ðə; ði] [dʒuːs] [ɒv; əv] [griːn] ['gʊsˌberi]
The juice of green gooseberries
这 汁 的 绿色的 醋栗

青醋栗汁

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 43]
[页 -]

[第43页]

" [kjʊrəθ] [ɔːl] [ˌɪnflə'meɪʃ(ə)n] , " [waɪl] [ðə; ði] [red] ['gʊzbəri] [ɪz] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] ['bɪliəs] ['sʌbdʒɪkts] .
" cureth all inflammations , " while the red gooseberry is good for bilious subjects .
" 治愈 全部 炎症 , " 尽管 这 红色的 醋栗 是 好的 为了 胆汁 主题 .

“能治愈所有炎症”，而红醋栗对胆汁过多者有益。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [biːn] [sed] [ðæt] ['gʊsˌberi] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] ['melənkəli]
But it has been said that gooseberries are not good for melancholy
但 它 有 到过 说 那 醋栗 是 不是 好的 为了 忧郁
[p'ɜːsənz] .
persons .
人 .

但据说醋栗对忧郁的人不好。

['gʊsˌberi] [ɑː(r); ə(r)] [æn; ən] ['eksələnt] " [sprɪŋ] ['medsn; 'medɪsn] .
Gooseberries are an excellent " spring medicine .
醋栗 是 一个 出色的 " 春天 药品 .

醋栗是极佳的“春季药材”。

" ['lævəndə(r)] .
" Lavender .
" 薰衣草 .

“薰衣草。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['veri] [mʌtʃ] [tuː; tə] [biː; bi] [rɪ'gretɪd] [ðæt] [ðə; ði] [nɜːv] - ['suːðɪŋ] ['vedʒtəb(ə)l] ['pəːfjuːmz]
It is very much to be regretted that the nerve - soothing vegetable perfumes
它 是 非常 很多 到 是 后悔 那 这 神经 - 舒缓 蔬菜 香水
[ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['grænd,mʌðə] [hæv; həv] [biːn] [ˌsjuːpə'siːdid] ,
of our grandmothers have been superseded ,
的 我们的 祖母们 有 到过 被取代 ,

非常遗憾的是，我们祖母辈使用的那些具有舒缓神经功效的植物香水已经被其他香水所取代了。

[fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [məʊst] [pɑːt] , [baɪ] [ðə; ði] [tʃiːp] ['mɪnərəl] ['prɒdʌkts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lə'bɒrətri] .
for the most part , by the cheap mineral products of the laboratory .
为了 这 最多 部分 , 经过 这 便宜的 矿物 产品 的 这 实验室 .

大部分是由实验室生产的廉价矿物产品制成的。

[sents] ['riːəli] [prɪ'peəd] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['flaʊəz] [ðæt] [gɪv] [ðem; ðəm] [ðeə(r)] [nems] [ɑː(r); ə(r)]
Scents really prepared from the flowers that give them their names are
气味 真的 准备 从 这 花朵 那 给 他们 他们的 姓名 是
[ɪk'spensɪv] [tuː; tə] [meɪk] ,
expensive to make ,
昂贵的 到 制作 ,

真正用赋予其名称的花朵制成的香水制作成本很高。

[ænd; ənd] ['kɒnsɪkwəntli] [haɪ] - [praɪst] .
and consequently high - priced .
和 最后 高的 - 定价 .

因此价格很高。

[ðə; ði] [tʃiːp] [sents] [ɑː(r); ə(r)] [ɔːl] ['mɪnərəl] [kən'kɒkʃ(ə)n] , [ænd; ənd] [ðeə(r)] [juːz] [ɪz] [mɔː(r)] [ɔː(r)] [les]
The cheap scents are all mineral concoctions , and their use is more or less
这 便宜的 气味 是 全部 矿物 混合物 , 和 他们的 使用 是 更多的 或者 较少的
[ɪn'dʒʊəriəs] .
injurious .
有害的 .

这些廉价香水都是矿物混合物，使用它们或多或少都是有害的。

[ə; eɪ] ['peni] - [wɜːθ] [ɒv; əv] [draɪd] ['lævəndə(r)] ['flaʊəz] [ɪn] [ə; eɪ] ['mʌzlɪn] [bæg] [ɪz] ['iːv(ə)n] [tʃiːpə] [tuː; tə]
A penny - worth of dried lavender flowers in a muslin bag is even cheaper to
一个 一分钱 - 值得 的 干燥 薰衣草 花朵 在 一个 细棉布 包 是 甚至 更便宜 到
[bai] ,
buy ,
买 ,

用棉布袋装着的价值一便士的干薰衣草花，购买起来甚至更便宜。

[ˌɪnə'fensɪv] [tuː; tə] [smel] — [wɪtʃ] [ɪz] [mɔː(r)] [ðən; ðən] [kæn; kən] [biː; bi] [sed] [ɒv; əv] [tʃiːp]
inoffensive to smell — which is more than can be said of cheap
无害的 到 闻 — 哪个 是 更多的 比 能 是 说 的 便宜的
[ˌmænju'fæktʃəd] [sents] — [ænd; ənd] [pə'zesɪz] [mə'dɪsɪnl] ['prɒpətiz] .
manufactured scents — and possesses medicinal properties .
制造 气味 — 和 拥有 药用 特性 .

气味无害——这比廉价的合成香水要好得多——并且具有药用价值。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 44]
[页 -]

[第44页]

['lævəndə(r)] ['flaʊəz] [wɜː(r); wə(r)] ['fɔːməli] [juːst] [fɔː(r); fə(r)] [ðeə(r)] ['kjʊərətɪv] ['vɜːtjuːz] [ɪn] [ɔːl] [dɪs'ɔːdəz]
Lavender flowers were formerly used for their curative virtues in all disorders
薰衣草 花朵 是 以前 用过的 为了 他们的 治疗 美德 在 全部 疾病
[ɒv; əv] [ðə; ði] [hed] [ænd; ənd] [nɜːvz] .
of the head and nerves .
的 这 头 和 神经 .

薰衣草花以前常被用于治疗各种头部和神经疾病，因为它具有疗效。

[æn; ən] [ɔɪl] , [prɪ'peəd] [baɪ] [ɪn'fjuːzɪŋ] [ðə; ði] [krʌʃt] ['lævəndə(r)] ['flaʊəz] [ɪn] ['ɒlɪv] [ɔɪl] ,
An oil , prepared by infusing the crushed lavender flowers in olive oil ,
一个 油 , 准备 经过 输液 这 碎 薰衣草 花朵 在 橄榄 油 ,

将碾碎的薰衣草花浸泡在橄榄油中制成油。

[ɪz] [ˌrekə'mendɪd] [fɔː(r); fə(r)] [ə'nɔɪntɪŋ] ['pɔːlzid] [lɪmz] ,
is recommended for anointing palsied limbs ,
是 受到推崇的 为了 膏抹 麻痹症 四肢 ,

建议用于涂抹瘫痪肢体。

[ænd; ənd] [æt; ət] [wʌn] [taɪm] [ə; eɪ] ['spɪrɪt] [wɒz; wəz] [prɪ'peəd] [frɒm; frəm] ['lævəndə(r)] ['flaʊəz] [wɪtʃ]
and at one time a spirit was prepared from lavender flowers which
和 在 一 时间 一个 精神 曾是 准备 从 薰衣草 花朵 哪个
[wɒz; wəz] [nəʊn] [æz; əz] " ['pɔːlzi] [drɒps] .
was known as " palsy drops .
曾是 已知 作为 " 麻痹 滴 .

过去曾有人用薰衣草花制成一种酒，被称为“麻痹药水”。

" [ə; eɪ] [tiː] [meɪd] [wɪð] [hɒt] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] ['lævəndə(r)] [tɒps] [wɪl] [rɪ'liːv] [ðə; ði] ['hedeɪk] [ðæt]
" A tea made with hot water and lavender tops will relieve the headache that
" 一个 茶 制成 和 热的 水 和 薰衣草 最高额 将要 缓解 这 头痛 那
['kʌmz] [frɒm; frəm] [fə'tiːg] .
comes from fatigue .
来 从 疲劳 .

“用热水和薰衣草嫩芽泡制的茶可以缓解疲劳引起的头痛。”

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [əd'vaɪzɪz] [wʌn] [dɪ'zɜːtˌspuːnfʊl] [pə(r)] [deɪ] [ɒv; əv] [pjʊə(r)] ['lævəndə(r)] ['wɔːtə(r)]
Dr . Fernie advises 1 dessertspoonful per day of pure lavender water
博士 . 弗尼 建议 1 甜点勺 每 天 的 纯的 薰衣草 水
[fɔː(r); fə(r)] ['eksmə; 'eksɪmə] .
for eczema .
为了 湿疹 .

费尔尼医生建议每天服用 1 茶匙纯薰衣草水治疗湿疹。

[ðə; ði] [sent] [ɒv; əv] ['lævəndə(r)] [wɪl] [kiːp] [ə'weɪ] [flaɪz] , [fliːz] , [ænd; ənd] [mɔːθs] .
The scent of lavender will keep away flies , fleas , and moths .
这 香味 的 薰衣草 将要 保持 离开 苍蝇 , 跳蚤 , 和 蛾子 .

薰衣草的香味可以驱赶苍蝇、跳蚤和飞蛾。

['lemən] .
Lemon .
柠檬 .

柠檬。

['lemənz] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn'væljuəb(ə)l] [ɪn] [keɪsɪz] [ɒv; əv] [gaʊt] , [mə'leəriə] , ['ruːmətɪzəm] , [ænd; ənd] ['skɜːvi] .
Lemons are invaluable in cases of gout , malaria , rheumatism , and scurvy .
柠檬 是 无价 在 案例 的 痛风 , 疟疾 , 风湿病 , 和 坏血病 .

柠檬对治疗痛风、疟疾、风湿病和坏血病非常有价值。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlsəʊ] ['juːsf(ə)l] [ɪn] ['fiːvə] [ænd; ənd] ['lɪvə(r)] [kəm'pleɪnts] .
They are also useful in fevers and liver complaints .
他们 是 还 有用 在 发烧 和 肝 投诉 .

它们对发烧和肝脏疾病也有帮助。

[ai] [hæv; həv] [faʊnd] [ðə; ði] [dʒuːs] [ɒv; əv] [wʌn] ['lemən] ['teɪkən] [ɪn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [hɒt] ['wɔːtə(r)] [rɪ'muːv] ['dɪzi]
I have found the juice of one lemon taken in a little hot water remove dizzy
我 有 成立 这 汁 的 一 柠檬 已采取 在 一个 小的 热的 水 消除 晕眩的
['fiːlɪŋz] [ɪn] [ðə; ði] [hed] ,
feelings in the head ,
情怀 在 这 头 ,

我发现，将一个柠檬的汁液加入少量热水中饮用，可以消除头晕的感觉。

[ə'kʌmp(ə)nid] [baɪ] [speks] [ænd; ənd] [laɪts] ['dɑːnsɪŋ]
accompanied by specks and lights dancing
伴随 经过 斑点 和 灯 跳舞

伴随着闪烁的光点和舞动的灯光

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 45]
[页 -]

[第45页]

[bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði] [aɪz] , ['kɒnsɪkwənt] [ə'pɒn] [ðə; ði] ['lɪvə(r)] ['biːɪŋ] [aʊt] [ɒv; əv] ['ɔːdə(r)] , [ɪn] [hɑːf] [æn; ən] ['aʊə(r)]
before the eyes , consequent upon the liver being out of order , in half an hour
前 这 眼睛 , 后果 之上 这 肝 存在 出去 的 命令 , 在 一半 一个 小时
.
:
.

半小时内，由于肝脏功能失调，眼前一片漆黑。

[ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv][ə; eɪ]['lemən][ɪn][hɒt]['wɔːtə(r)] [meɪ] [biː; bi]['teɪkən] [naɪt] [ænd; ənd] ['mɔːnɪŋ] [wɪð]
The juice of a lemon in hot water may be taken night and morning with
这 汁 的 一个 柠檬 在 热的 水 可能 是 已采取 夜晚 和 早晨 和
[əd'vɑːntɪdʒ] [baɪ] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] ['ruːmətɪzəm] .
advantage by sufferers from rheumatism .
优势 经过 受害者 从 风湿病 .

风湿病患者早晚服用柠檬汁兑热水可获益。

[ɪn][ðə; ði] " ['lemən][kjʊə(r)] " [fɔː(r); fə(r)] [gaʊt] [ænd; ənd] ['ruːmətɪzəm] ,
In the " lemon cure " for gout and rheumatism ,
在 这 " 柠檬 治愈 " 为了 痛风 和 风湿病 ,

在治疗痛风和风湿病的“柠檬疗法”中，

[ðə; ði]['peɪʃ(ə)nts] [bɪ'gɪn] [wɪð] [wʌn]['lemən] [pə(r)] [deɪ] [ænd; ənd] [ɪn'kriːs] [ðə; ði]['kwɒntəti] [ʌn'tɪl] [ðeɪ]
the patients begin with one lemon per day and increase the quantity until they
这 患者 开始 和 一 柠檬 每 天 和 增加 这 数量 直到 他们
[ə'raɪv] [æt; ət][ə; eɪ]['dʌz(ə)n][ɔː(r)][mɔː(r)] .
arrive at a dozen or more .
到达 在 一个 打 或者 更多的 .

患者最初每天食用一个柠檬，然后逐渐增加食用量，直到达到每天一打或更多。

[bʌt; bət][ai] [θɪŋk] [ðɪs] [ɪz] ['kæriɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [ɪk'ses] .
But I think this is carrying it to excess .
但 我 思考 这 是 携带 它 到 过量的 .

但我认为这有点过头了。

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [ˌrekə'mendz] [ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv][wʌn]['lemən] [mɪkst] [wɪð] [æn; ən]['iːkwəl]
Dr . Fernie recommends the juice of one lemon mixed with an equal
博士 . 弗尼 建议 这 汁 的 一 柠檬 混合 和 一个 平等的
[prə'pɔːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [hɒt]['wɔːtə(r)] ,
proportion of hot water ,
部分 的 热的 水 ,

费尔尼医生建议将一个柠檬的汁液与等量的热水混合。

[tuː; tə][biː; bi]['teɪkən] ['prɪti] ['friːkwəntli] , [ɪn][keɪsɪz][ɒv; əv] [ru'mætɪk] ['fiːvə(r)] .
to be taken pretty frequently , in cases of rheumatic fever .
到 是 已采取 漂亮的 频繁地 , 在 案例 的 风湿病 发烧 .

风湿热患者需要经常服用。

[ə; eɪ] [prɪ'skrɪpʃn] [fɔː(r); fə(r)][mə'leəriə] , ['gɪv(ə)n][ɪn][ðə; ði] ['lɑːnsɪt] , [ɪz][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] : " [teɪk] [ə; eɪ]
A prescription for malaria , given in the Lancet , is the following : " Take a
一个 处方 为了 疟疾 , 给定 在 这 《柳叶刀》 , 是 这 下列的 : " 拿 一个
[fʊl] - [saɪzd] ['lemən] ,
full - sized lemon ,
满的 - 尺寸 柠檬 ,

《柳叶刀》杂志上刊登的疟疾处方如下：“取一个完整的柠檬，

[kʌt] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] [θɪn] ['trænzvɜːs] ['slaɪsɪz] , [raɪnd][ænd; ənd][ɔːl] ,
cut it in thin transverse slices , rind and all ,
切 它 在 薄的 横 切片 , 果皮 和 全部 ,

连皮一起切成薄片。

[bɔɪl] [ðiːz] [daʊn] [ɪn][æn; ən] ['ɜːθnweə(r)] [dʒɑː(r)] [kən'teɪnɪŋ] [ə; eɪ][paɪnt][ænd; ənd][ə; eɪ][hɑːf][ɒv; əv]
boil these down in an earthenware jar containing a pint and a half of
熬 这些 向下 在 一个 陶器 罐 包含 一个 品脱 和 一个 一半 的
['wɔːtə(r)] ,
water ,
水 ,

将这些食材放入装有1.5品脱水的陶罐中煮沸。

[ʌn'tɪl] [ðə; ði] [dɪ'kɒkʃn] [ɪz] [rɪ'djuːst] [tuː; tə] [hɑːf] [ə; eɪ] [paɪnt] .
until the decoction is reduced to half a pint .
直到 这 汤 是 减少 到 一半 一个 品脱 .

直到药液减少到半品脱。

[let] [ðɪs] [kuːl] [ɒn] [ðə; ði] ['wɪndəʊ] - [sɪl] [ˌəʊvə'naɪt] , [ænd; ənd] [drɪŋk] [ˌaɪ 'tiː] [ɒf] [ɪn] [ðə; ði] ['mɔːnɪŋ] .
Let this cool on the window - sill overnight , and drink it off in the morning .
让 这 凉爽的 在 这 窗户 - 窗台 过夜 , 和 喝 它 离开 在 这 早晨 .

让它在窗台上冷却一夜，早上再喝。

" [ə; eɪ] ['flɒrəntaɪn; 'flɒrəntiːn] ['dɒktə(r)] [dɪ'skʌvəd] [ðæt] [freʃ] ['lemən] [dʒuːs] [wɪl] [ə'liːvieɪt]
" A Florentine doctor discovered that fresh lemon juice will alleviate
" 一个 佛罗伦萨 医生 发现 那 新鲜的 柠檬 汁 将要 减轻

一位佛罗伦萨医生发现，新鲜柠檬汁可以缓解疼痛

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 46]
[页 -]

[第46页]

[ðə; ði] [peɪn] [ɒv; əv] ['kænsərəs] [ˌʌlsə'reɪʃn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʌŋ] .
the pain of cancerous ulceration of the tongue .
这 疼痛 的 癌变 溃疡 的 这 舌头 .

舌头癌性溃疡的疼痛。

[hɪz; ɪz] ['peɪʃ(ə)nt] [sʌkt] ['slaɪsɪz] [ɒv; əv] ['lemən] .
His patient sucked slices of lemon .
他的 病人 真烂 切片 的 柠檬 .

他的病人吮吸着柠檬片。

[ə; eɪ] ['dʒɜːmən] ['dɒktə(r)] [faʊnd] [ðæt] [freʃ] ['lemən] [dʒuːs] [kɪlz] [ðə; ði] [dɪp'θɪriə] [bə'sɪləs] ,
A German doctor found that fresh lemon juice kills the diptheria bacillus ,
一个 德语 医生 成立 那 新鲜的 柠檬 汁 杀戮 这 白喉 芽孢杆菌 ,

一位德国医生发现，新鲜柠檬汁可以杀死白喉杆菌。

[ænd; ənd] [əd'vaɪzɪz] [ə; eɪ] ['gɑːgl] [ɒv; əv] [daɪ'luːtɪd] ['lemən] [dʒuːs] [tuː; tə] - ['peɪʃ(ə)nts] .
and advises a gargle of diluted lemon juice to diptheric patients .
和 建议 一个 漱口 的 稀 柠檬 汁 到 - 患者 .

并建议用稀释的柠檬汁漱口给白喉患者。

[sʌtʃ] [ə; eɪ] ['gɑːgl] [ɪz] ['eksələnt] [fɔː(r); fə(r)] [sɔː(r)] [θrəʊt] .
Such a gargle is excellent for sore throat .
这样的 一个 漱口 是 出色的 为了 疮 喉 .

这种漱口水对缓解喉咙痛非常有效。

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [ˌrekə'mendz] ['lemən] [dʒuːs] [fɔː(r); fə(r)] ['nɜːvəs] [ˌpælpɪ'teɪʃən] [ɒv; əv] [ðə; ði] [hɑːt]
Dr . Fernie recommends lemon juice for nervous palpitation of the heart
博士 . 弗尼 建议 柠檬 汁 为了 紧张的 心悸 的 这 心

.
.
.

费尔尼医生建议用柠檬汁治疗神经性心悸。

['lemən] [dʒuːs] [rʌbd] [ɒn] [tuː; tə] [kɔːnz] [wɪl] [ɪ'ventʃuəli] [duː; də] [ə'weɪ] [wɪð] [ðem; ðəm] ,
Lemon juice rubbed on to corns will eventually do away with them ,
柠檬 汁 摩擦 在 到 玉米 将要 最终 做 离开 和 他们 ,

将柠檬汁涂抹在老茧上，最终可以消除老茧。

[ænd; ənd] [ɪf] [ə'plaɪd] [tuː; tə] [ʌn'brəʊkən] ['tʃɪlbleɪnz] [wɪl] [ɪ'fekt] [ə; eɪ] [kjʊə(r)] .
and if applied to unbroken chilblains will effect a cure .
和 如果 应用 到 未破 冻疮 将要 影响 一个 治愈 .

如果涂抹在未破损的冻疮上，可以起到治愈作用。

['lemən] [dʒuːs][ɪz]['ɔːlsəʊ][æn; ən][əʊld] ['remədi] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][rɪ'muːv(ə)l][ɒv; əv] ['frek(ə)lz] [ænd; ənd]
Lemon juice is also an old remedy for the removal of freckles and
柠檬 汁 是 还 一个 老的 补救 为了 这 移动 的 雀斑 和
[b'lækhedz] [frɒm; frəm][ðə; ði] [feɪs] .
blackheads from the face .
黑头 从 这 脸 .

柠檬汁也是一种古老的祛除面部雀斑和黑头的偏方。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [rʌbd] [ɪn][æt; ət] ['bedtaɪm] , ['ɑːftə(r)] ['wɒʃɪŋ] [wɪð] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] .
It should be rubbed in at bedtime , after washing with warm water .
它 应该 是 摩擦 在 在 就寝时间 , 后 洗涤 和 温暖的 水 .

睡前用温水洗脸后，涂抹于患处。

['letɪs] .
Lettuce .
莴苣 .

莴苣。

['letɪs] [ɪz]['nəʊtɪd][fɔː(r); fə(r)][ɪts] ['sedətɪv] ['prɒpətiz] , [ɔːl'ðəʊ] [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] [greɪt] [ɪn][ðə; ði]
Lettuce is noted for its sedative properties , although these are not great in the
莴苣 是 著名的 为了 它是 镇静剂 特性 , 虽然 这些 是 不是 伟大的 在 这
[lɑːdʒ] ,
large ,
大的 ,

生菜以其镇静作用而闻名，尽管大量食用时这种作用并不显著。

['haɪli] - [mə'njuə] , [kə'mɜːʃ(ə)l] ['spesəmən] .
highly - manured , commercial specimens .
高度 - 施肥 , 商业的 标本 .

大量施肥的商业标本。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['veri] ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd] , [ænd; ənd] [meɪ] , ['ðeəfɔː(r)] ,
It is very easily digested , and may , therefore ,
它 是 非常 容易地 消化 , 和 可能 , 所以 ,

它非常容易消化，因此可能

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 47]
[页 -]

[第47页]

[biː; bi]['iːt(ə)n][baɪ] [ðəʊz] [wɪð] [huːm] ['sælədz] [ˌdɪsə'griː] [ɪn][ðə; ði]['ɔːd(ə)n(ə)ri] [wei] .
be eaten by those with whom salads disagree in the ordinary way .
是 吃 经过 那些 和 谁 沙拉 不同意 在 这 普通的 方式 .

即使是那些通常不喜欢沙拉的人也会食用它。

['net(ə)l] .
Nettle .
荨麻 .

荨麻。

[ðə; ði]['tendə(r)][tɒps][ɒv; əv] [jʌŋ] ['netlz] [pɪkt] [ɪn][ðə; ði] [sprɪŋ] [meɪk] [ə; eɪ] [dɪ'lɪʃəs] ['vedʒtəb(ə)l] ,
The tender tops of young nettles picked in the spring make a delicious vegetable ,
这 投标 最高额 的 年轻的 荨麻 挑选 在 这 春天 制作 一个 可口的 蔬菜 ,
['sʌmwɒt] [rɪ'zemblɪŋ] ['spɪnɪtʃ] .
somewhat resembling spinach .
有些 类似 菠菜 .

春天采摘的嫩荨麻嫩芽是一种美味的蔬菜，有点像菠菜。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['eksələnt] [fɔː(r); fə(r)] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] [gaʊt] [ænd; ənd] [skɪn] [ɪ'rʌpʃənz] .
They are excellent for sufferers from gout and skin eruptions .
他们 是 出色的 为了 受害者 从 痛风 和 皮肤 喷发 .

它们对痛风和皮肤疹患者非常有效。

[freʃ] ['net(ə)l][dʒuːs][ɪz] [prɪ'skraɪbd] [ɪn]['dəʊsɪz][ɒv; əv][frɒm; frəm][wʌn][tuː; tə][ˌtuː'tuː] ['teibl,spu:nful]
Fresh nettle juice is prescribed in doses of from 1 to 2 tablespoonfuls
新鲜的 荨麻 汁 是 规定 在 剂量 的 从 1 到 2 汤匙
[fɔː(r); fə(r)] [lɒs] [ɒv; əv] [blʌd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [lʌŋz] ,
for loss of blood from the lungs ,
为了 损失 的 血 从 这 肺 ,

医生会用新鲜荨麻汁治疗肺出血，剂量为每次1至2汤匙。

[nəʊz] , [ɔː(r)][ɪn'tɜːn(ə)l]['ɔːrgənz] .
nose , or internal organs .
鼻子 , 或者 内部的 器官 .

鼻子，或内脏器官。

[nʌts] .
Nuts .
坚果 .

坚果。

[nʌts] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [truː] ['sʌbstɪtjuːt] [fɔː(r); fə(r)] [fleʃ] [miːt] .
Nuts are the true substitute for flesh meat .
坚果 是 这 真的 代替 为了 肉 肉 .

坚果才是肉类的真正替代品。

[ðeɪ] [kən'teɪn] ['evriθɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [wei] [ɒv; əv] ['nʌrɪʃmənt] [ðæt] [miːt] [kən'teɪnz] ,
They contain everything in the way of nourishment that meat contains ,
他们 包含 一切 在 这 方式 的 营养 那 肉 包含 ,

它们包含了肉类所含的所有营养成分。

['maɪnəs][ðə; ði] ['pɔɪzənəs] [kən'stɪtʃʊənt] [ɒv; əv][ðə; ði]['lætə(r)] .
minus the poisonous constituents of the latter .
减 这 有毒 成分 的 这 后者 .

去除后者的有毒成分。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] [rɪtʃ] [ɪn]['prəʊtiːd] ([fleʃ] [ænd; ənd] ['mʌs(ə)l] ['fɔːmə(r)]) [ænd; ənd][fæt] .
They are very rich in proteid (flesh and muscle former) and fat .
他们 是 非常 富有的 在 蛋白质 (肉 和 肌肉 以前的) 和 胖的 .

它们富含蛋白质（构成肌肉和肌肉的物质）和脂肪。

[ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] [ðeɪ] [pə'zes] [ɔːl][ðə; ði] [kən'stɪtʃʊənt] [ðæt] [gəʊ][tuː; tə] [meɪk] [ʌp][ə; eɪ] ['pɜːfɪkt] [fuːd] .
In addition they possess all the constituents that go to make up a perfect food .
在 添加 他们 具有 全部 这 成分 那 去 到 制作 向上 一个 完美的 食物 .

此外，它们还具备构成完美食物的所有成分。

[nʌts] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)] [fɔːm] [ə; eɪ] [kəm'pliːt] ['daɪətəri] , [ɔːl'ðəʊ] [ai][duː; də][nɒt] [sə'dʒest] [ðæt] ['eni]
Nuts and water form a complete dietary , although I do not suggest that any
坚果 和 水 形式 一个 完全的 饮食 , 虽然 我 做 不是 建议 那 任何
['riːdə(r)]
reader
读者

坚果和水构成完整的膳食，尽管我并不建议任何读者这样做。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 48]
[页 -]

[第48页]

[ʃʊd; ʃəd][traɪ][ˌaɪ 'tiː] .
should try it .
应该 尝试 它 .

应该试试。

[ɪf] [hiː; hi][dɪd][səʊ][hiː; hi] [wʊd] ['prɒbəbli] [iːt] [tuː] ['meni] [nʌts] ,
If he did so he would probably eat too many nuts ,
如果 他 做过 所以 他 会 大概 吃 也 许多 坚果 ,

如果他那样做，他可能会吃太多坚果。

[nɒt] ['riːəlaɪzɪŋ] [haʊ] [greɪt] [æn; ən] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] ['nʌrɪʃmənt] [ɪz] [kən'teɪnd] [ɪn][ə; eɪ] ['kɒnsntreɪtɪd]
not realising how great an amount of nourishment is contained in a concentrated
不是 意识到 如何 伟大的 一个 数量 的 营养 是 包含 在 一个 集中
[fɔːm] .
form .
形式 .

没有意识到浓缩形式中蕴含着多么丰富的营养。

[nəʊ][wʌn][ʃʊd; ʃəd] [iːt] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ]['kwɔːtə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] [nʌts] [pə(r)] [deɪ] ,
No one should eat more than a quarter of a pound of nuts per day ,
不 一 应该 吃 更多的 比 一个 四分之一 的 一个 磅 的 坚果 每 天 ,

任何人每天食用坚果的量都不应超过四分之一磅。

[ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] [tuː; tə]['ʌðə(r)] [fuːd] .
in addition to other food .
在 添加 到 其他 食物 .

除了其他食物之外。

[ə; eɪ] [paʊnd] [pə(r)] [deɪ] [wʊd] [biː; bi][mɔː(r)][ðæn; ðən] [sə'fɪʃ(ə)nt] [ɪf] [nəʊ]['ʌðə(r)] [fuːd] [wɜː(r); wə(r)]['teɪkən]
A pound per day would be more than sufficient if no other food were taken
一个 磅 每 天 会 是 更多的 比 充足的 如果 不 其他 食物 是 已采取
.
.
.

如果不摄入其他食物，每天一磅就足够了。

[ai][hæv; həv]['lɪt(ə)l] [daʊt] [bʌt; bət] [ðæt] [ðə; ði]['daɪət][ɒv; əv][ðə; ði]['fjuːtʃə(r)] [wɪl] [kən'sɪst; 'kɒnsɪst] ['səʊlli]
I have little doubt but that the diet of the future will consist solely
我 有 小的 怀疑 但 那 这 饮食 的 这 未来 将要 由 仅
[ɒv; əv] [nʌts] [ænd; ənd] [freʃ] [fruːt] .
of nuts and fresh fruit .
的 坚果 和 新鲜的 水果 .

我毫不怀疑，未来的饮食将完全由坚果和新鲜水果组成。

['ɑːftə(r)][ɔːl][,aɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [fuːd] [məʊst] ['feɪvəd] [baɪ] ['mʌŋkiz] ,
After all it is the food most favoured by monkeys ,
后 全部 它 是 这 食物 最多 受青睐 经过 猴子 ,

毕竟这是猴子最喜欢的食物。

[ænd; ənd]['aʊə(r)] [tiːθ] [ænd; ənd][daɪ'dʒestɪv] [,æpə'reɪtəs] [mɔː(r)] ['nɪəli] [rɪ'zemb(ə)l] [ðəʊz] [ɒv; əv][ðə; ði]
and our teeth and digestive apparatus more nearly resemble those of the
和 我们的 牙齿 和 消化 设备 更多的 几乎 类似 那些 的 这
['mʌŋki] [ðæn; ðən][ðə; ði] [kɑː'nɪvərəs] [ænd; ənd] [hɜː'bɪvərəs] ['ænɪmlz] [səʊ] ['meni] [ɒv; əv][,juː 'es]
monkey than the carnivorous and herbivorous animals so many of us
猴 比 这 食肉的 和 草食性 动物 所以 许多 的 我们
['siːmɪŋli] [prɪ'fɜː(r)][tuː; tə] ['ɪmɪteɪt] .
seemingly prefer to imitate .
似乎 更喜欢 到 模拟 .

我们的牙齿和消化系统更接近于猴子，而不是我们许多人似乎更喜欢模仿的食肉动物和食草动物。

[ðə; ði] [tʃiːf] [əb'dʒekʃ(ə)n][tuː; tə] [nʌts] [ɪz][sə'pəʊzd; sə'pəʊzɪd][tuː; tə][biː; bi][ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðeə(r)]
The chief objection to nuts is supposed to be on account of their
这 首席 异议 到 坚果 是 据称 到 是 在 帐户 的 他们的
[ɪndɪdʒestə'bɪlɪti] .
indigestibility .
难以消化 .

人们对坚果的主要反对意见被认为是由于它们难以消化。

[bʌt; bət] [ðɪs] [hæz; həz] [ɪts] [faʊn'deɪʃ(ə)n] , [nɒt] [ɪn] [ðə; ði] [nʌt] , [bʌt; bət] [ɪn] [ðə; ði] ['mænə(r)] [ɒv; əv] ['iːtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] .
But this has its foundation , not in the nut , but in the manner of eating it .
但 这 有 它是 基础 , 不是 在 这 坚果 , 但 在 这 方式 的 吃 它 .

但这并非源于坚果本身，而是源于食用坚果的方式。

[ai] [ˌrekə'mend] [ɔːl] [ðəʊz] ['piːp(ə)l] [huː] [faɪnd] [nʌts] [ˌɪndɪ'dʒestəbl] [tuː; tə] [peɪ] [ə; eɪ] ['vɪzɪt] [tuː; tə] [ðə; ði] [zuː] [ænd; ənd] [siː] [haʊ] [ðə; ði] ['mʌŋki] [iːts] [hɪz; ɪz] [nʌts] .
I recommend all those people who find nuts indigestible to pay a visit to the Zoo and see how the monkey eats his nuts .
我 推荐 全部 那些 人们 WHO 寻找 坚果 难以消化的 到 支付 一个 访问 到 这 动物园 和 看 如何 这 猴 吃 他的 坚果 .

我建议所有觉得坚果难以消化的人去动物园看看猴子是怎么吃坚果的。

[hiː; hi] [tʃuːz] [ænd; ənd] [tʃuːz]
He chews and chews
他 咀嚼 和 咀嚼

他嚼啊嚼

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 49]
[页 -]

[第49页]

[ænd; ənd] [tʃuːz] .
and chews .
和 咀嚼 .

咀嚼。

[ænd; ənd] ['ɑːftə(r)] [ðæt] [hiː; hi] [tʃuːz] !
And after that he chews !
和 后 那 他 咀嚼 !

然后他就开始咀嚼！

[ai] [nəʊ] , [ə'læs] !
I know , alas !
我 知道 , 唉 !

我知道，唉！

[ðæt] [ðə; ði] [mə'dʒɒrəti] [ɒv; əv] ['piːp(ə)l] [duː; də] [nɒt] [pə'zes] [tiːθ] [laɪk] [ðə; ði] ['mʌŋki] ,
that the majority of people do not possess teeth like the monkey ,
那 这 多数 的 人们 做 不是 具有 牙齿 喜欢 这 猴 ,

大多数人的牙齿并不像猴子那样长。

[ænd; ənd] [tuː; tə] [ðiːz] [ai] [kæn; kən] ['əʊnli] [sə'dʒest] [ðæt] [ðeɪ] ['mæsəreɪt] [ðeə(r)] [nʌts] [ɪn] [ə; eɪ] [nʌt] ['bʌtə(r)] [mə'ʃiːn] .
and to these I can only suggest that they macerate their nuts in a nut butter machine .
和 到 这些 我 能 仅有的 建议 那 他们 浸泡 他们的 坚果 在 一个 坚果 黄油 机器 .

对此，我只能建议他们用坚果酱机将坚果捣碎。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['sevrəl] [ɒv; əv] [ðiːz] [mə'ʃiːnz] [ɒn] [ðə; ði] ['mɑːkɪt] ,
There are several of these machines on the market ,
那里 是 一些 的 这些 机器 在 这 市场 ,

市面上有很多这类机器。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [stɒkt] [baɪ] [ɔːl] [lɑːdʒ] " [fuːd] - [rɪ'fɔːm] " [prə'vɪʒ(ə)n] ['dilər] .
and they are stocked by all large " Food - Reform " provision dealers .
和 他们 是 库存充足 经过 全部 大的 " 食物 - 改革 " 条款 经销商 .

所有大型“食品改革”供应商都有这些产品出售。

[ðeɪ] [kɒst] ['eniθɪŋ] [frɒm; frəm] [sɪks] [ɔː(r)] ['sev(ə)n] ['ʃɪlɪŋ] .
They cost anything from six or seven shillings .
他们 成本 任何事物 从 六 或者 七 先令 .

它们的价格在六七先令之间。

[ðə; ði] ['deɪli] [ə'laʊəns] [ɒv; əv] [nʌts] [meɪ] [biː; bi] ['θʌrəli] ['mæsəreɪtɪd] [ænd; ənd] ['iːt(ə)n] [wɪð] [fruːt] [ɪn]
The daily allowance of nuts may be thoroughly macerated and eaten with fruit in
这 日常的 津贴 的 坚果 可能 是 彻底 浸泡 和 吃 和 水果 在
[ðə; ði] [pleɪs] [ɒv; əv] [kriːm] .
the place of cream .
这 地方 的 奶油 .

每日摄入的坚果可以充分捣碎，与水果一起食用，代替奶油。

['ɔːd(ə)n(ə)ri] ['piːp(ə)l] [meɪ] [juːz] [ə; eɪ] [nʌt] - [mɪl] , [wɪtʃ] [fleɪks] , [nɒt] ['mæsəreit] , [ðə; ði] [nʌts] .
Ordinary people may use a nut - mill , which flakes , not macerates , the nuts .
普通的 人们 可能 使用 一个 坚果 - 磨 , 哪个 薄片 , 不是 浸渍物 , 这 坚果 .

普通人可能会使用坚果研磨机，这种机器会将坚果碾成薄片，而不是将其研磨成泥。

[bʌt; bət] ['piːp(ə)l] [wɪð] [bæd] [tiːθ] [ænd; ənd] [ə; eɪ] [wiːk] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] [wɪl] [duː; də] ['betə(r)]
But people with bad teeth and a weak digestion will do better
但 人们 和 坏的 牙齿 和 一个 虚弱的 消化 将要 做 更好的
[tuː; tə] [ɪn'vest] [ɪn] [ə; eɪ] [nʌt] ['bʌtə(r)] [mə'ʃiːn] .
to invest in a nut butter machine .
到 投资 在 一个 坚果 黄油 机器 .

但牙齿不好、消化功能弱的人最好还是投资一台坚果酱机。

[ai] [meɪ] [ˌeɪ diː 'diː] [ðæt] [ðə; ði] [nʌts] [wɪl] [nɒt] ['mæsəreɪt] ['prɒpəli] [ən'les] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [krɪsp] ,
I may add that the nuts will not macerate properly unless they are crisp ,
我 可能 添加 那 这 坚果 将要 不是 浸泡 适当地 除非 他们 是 脆 ,

我还要补充一点，坚果只有酥脆才能充分浸渍。

[ænd; ənd] [tuː; tə] [ðɪs] [end] [ðeɪ] [mʌst; məst] [biː; bi] [pʊt] [ɪn] [ə; eɪ] [wɔːm] ['ʌv(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [ʃɔːt] [taɪm]
and to this end they must be put in a warm oven for a short time
和 到 这 结尾 他们 必须 是 放 在 一个 温暖的 烤箱 为了 一个 短的 时间
,
,
,

为此，必须将它们放入温热的烤箱中烘烤一小段时间。

[dʒʌst] [bɪ'fɔː(r)] ['graɪndɪŋ] .
just before grinding .
只是 前 研磨 .

研磨前。

[ai] [hæv; həv] [faʊnd] [njuː] , ['ɪŋglɪʃ] - [grəʊn] ['wɔːlnʌts] [krɪsp] [ɪ'nʌf] [wɪ'ðaʊt] [ðɪs] [ˌprepə'reɪʃ(ə)n] .
I have found new , English - grown walnuts crisp enough without this preparation .
我 有 成立 新的 , 英语 - 生长 核桃 脆 足够的 没有 这 准备 .

我发现，即使不经过这种处理，英国产的新鲜核桃也足够脆嫩。

[bʌt; bət] [ɪf] [ðə; ði] [nʌts] [ɑː(r); ə(r)]
But if the nuts are
但 如果 这 坚果 是

但如果坚果是

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 50]
[页 -]

[第50页]

[nɒt] [krɪsp] [ɪ'nʌf] [ðeɪ] [wɪl] ['sɪmpli] [klɒg] [ðə; ði] [mə'ʃiːn] .
not crisp enough they will simply clog the machine .
不是 脆 足够的 他们 将要 简单地 阻塞 这 机器 .

不够脆的话，它们会堵塞机器。

[naʊ] [tuː; tə]['aʊə(r)] [nʌts] !
Now to our nuts !
现在 到 我们的 坚果 !

现在来说说我们的坚果!

['ɑːməndz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][məʊst] ['nʌrɪʃɪŋ] .
Almonds are the most nourishing .
杏仁 是 这 最多 滋养 .

杏仁营养最丰富。

[nekst][ɪn]['ɔːdə(r)] [kʌm] ['wɔːlnʌts] , ['heɪz(ə)l][ɔː(r)][kɒb] [nʌts] , [ænd; ənd][brə'zɪl] [nʌts] .
Next in order come walnuts , hazel or cob nuts , and Brazil nuts .
下一个 在 命令 来 核桃 , 榛 或者 玉米 坚果 , 和 巴西 坚果 .

接下来依次是核桃、榛子或榛果、巴西坚果。

[ðə; ði]['prəʊtiːd]['væljuː][ɒv; əv] [ðiːz] [θriː] [dʌz] [nɒt]['dɪfə(r)] [mʌtʃ] .
The proteid value of these three does not differ much .
这 蛋白质 价值 的 这些 三 做 不是 不同 很多 .

这三种蛋白质的含量相差不大。

['ɑːftə(r)] [ðiːz] [kʌm] [ðə; ði] ['tʃesnʌt] [ænd; ənd]['kəʊkəˌnʌt] , [ænd; ənd]['lɑːstli][wiː; wi][hæv; həv][ðə; ði][paɪn] ['kɜːn(ə)l] .
After these come the chestnut and cocoanut , and lastly we have the pine kernel .
后 这些 来 这 板栗 和 椰子 , 和 最后 我们 有 这 松树 核心 .

接下来是栗子和椰子，最后是松子。

['spiːkɪŋ] ['veri] ['rʌfli] , [wiː; wi] [meɪ] ['laɪkən] ['wɔːlnʌts] , ['heɪz(ə)l] [nʌts] ,
Speaking very roughly , we may liken walnuts , hazel nuts ,
请讲 非常 大致 , 我们 可能 像 核桃 , 榛 坚果 ,

粗略地说，我们可以把核桃、榛子比作……

[ænd; ənd][brə'zɪl] [nʌts] [tuː; tə] [biːf] [fɔː(r); fə(r)] [fleʃ] [ænd; ənd]['mʌs(ə)l] - ['fɔːmɪŋ] ['væljuː] ,
and Brazil nuts to beef for flesh and muscle - forming value ,
和 巴西 坚果 到 牛肉 为了 肉 和 肌肉 - 成型 价值 ,

巴西坚果可用于牛肉，以促进肌肉生长。

[waɪl] [paɪn] ['kɜːrnl] [ˌkɒrə'spɒnd] [mɔː(r)] ['nɪəli] [tuː; tə] [fɪʃ] .
while pine kernels correspond more nearly to fish .
尽管 松树 内核 对应 更多的 几乎 到 鱼 .

而松子则更接近于鱼。

['ɑːməndz] [ɑː(r); ə(r)] ['nɪəli] ['dʌb(ə)l] [ðə; ði]['væljuː][ɒv; əv] [biːf] .
Almonds are nearly double the value of beef .
杏仁 是 几乎 双倍的 这 价值 的 牛肉 .

杏仁的价值几乎是牛肉的两倍。

[nʌt] [kriːm] .
Nut Cream .
坚果 奶油 .

坚果奶油。

['dɒktə(r)] ['fɜːrni] [ˌrekə'mendz] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [nʌt] - [kriːm] [fɔː(r); fə(r)] [breɪn] - ['wɜːkəz] .
Doctor Fernie recommends the following nut - cream for brain - workers .
医生 弗尼 建议 这 下列的 坚果 - 奶油 为了 脑 - 工人 .

费尔尼医生推荐以下坚果酱给脑力劳动者。

[paʊnd] [ɪn][ə; eɪ]['mɔːtə(r)] , [ɔː(r)] [mɪns] ['faɪnli] , [θriː] [blɑːntʃt] ['ɑːməndz] , [ˌtuː'tuː] ['wɔːlnʌts] , [ˌtuː'tuː] ['aʊnsɪz] [ɒv; əv] [paɪn] ['kɜːrnl] .
Pound in a mortar , or mince finely , 3 blanched almonds , 2 walnuts , 2 ounces of pine kernels .
磅 在 一个 砂浆 ， 或者 剁碎 精细地 ， 3 焯水 杏仁 ， 2 核桃 ， 2 盎司 的 松树 内核 .

将 3 颗去皮杏仁、2 颗核桃、2 盎司松子仁放入研钵中捣碎，或切碎。

[stiːp] [ˌəʊvə'naɪt] [ɪn] ['ɒrɪndʒ] [ɔː(r)] ['lemən] [dʒuːs] .
Steep overnight in orange or lemon juice .
陡 过夜 在 橙子 或者 柠檬 汁 .

用橙汁或柠檬汁浸泡过夜。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [meɪd] [freʃ] ['deɪli] , [ænd; ənd] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [ɪn] [pleɪs] [ɒv; əv] ['bʌtə(r)] .
It should be made fresh daily , and may be used in place of butter .
它 应该 是 制成 新鲜的 日常的 ， 和 可能 是 用过的 在 地方 的 黄油 .

它应该每天新鲜制作，可以代替黄油使用。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 51]
[页 -]

[第51页]

[əʊt] .
Oat .
燕麦 .

燕麦。

[ðə; ði] [əʊt] [ɪz] ['dʒen(ə)rəli] ['saɪtɪd] [æz; əz] [ðə; ði] [məʊst] ['nʌrɪʃɪŋ] [ɒv; əv] [ɔːl] [ðə; ði] ['sɪərɪəls] ,
The oat is generally cited as the most nourishing of all the cereals ,
这 燕麦 是 一般来说 引用 作为 这 最多 滋养 的 全部 这 谷物 ，

燕麦通常被认为是所有谷物中最有营养的。

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [gʊd] [nɜːv] [fuːd] .
and a good nerve food .
和 一个 好的 神经 食物 .

而且是很好的神经滋补品。

[ðə; ði] [faɪn] ['əʊtmiːl] ['gruːəl] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['grænd,mʌðə] [hæz; həz] [gɒn] ['ɔːlməʊst] [ɪn'taɪəli] [aʊt] [ɒv; əv] ['fæʃ(ə)n] ,
The fine oatmeal gruel of our grandmothers has gone almost entirely out of fashion ,
这 美好的 麦片 粥 的 我们的 祖母们 有 已消失 几乎 完全 出去 的 时尚 ，

我们祖母那辈人爱吃的美味燕麦粥几乎已经完全过时了。

[bʌt; bət] [ɪts] [juːz] [mait] [biː; bi] [rɪ'vaɪvd] [wɪð] [əd'vɑːntɪdʒ] .
but its use might be revived with advantage .
但 它是 使用 可能 是 复活 和 优势 .

但它的用途或许可以重新得到发挥优势。

[laɪk] [wiːt] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [kəm'pliːt] [fuːd] .
Like wheat , it is a complete food .
喜欢 小麦 ， 它 是 一个 完全的 食物 .

它和小麦一样，是一种完全食物。

[ə; eɪ] [gʊd] [ˌprepə'reɪʃ(ə)n][ɒv; əv] [graʊts] ([graʊnd] [əʊts] [frɒm; frəm] [wɪtʃ] [ðə; ði] [hʌsk] [hæz; həz] [biːn] [ɪn'taɪəli] [rɪ'muːvd]) [meɪ] [biː; bi] ['teɪkən] [baɪ] [ðəʊz] [huː] [faɪnd] ['ʌðə(r)] [ˌprepə'reɪʃ(ə)nz] [ˌɪndɪ'dʒestəbl] .
A good preparation of groats (ground oats from which the husk has been entirely removed) may be taken by those who find other preparations indigestible .
一个 好的 准备 的 粗粒小麦 （ 地面 燕麦 从 哪个 这 外壳 有 到过 完全 已移除 ） 可能 是 已采取 经过 那些 WHO 寻找 其他 准备工作 难以消化的 .

对于难以消化其他食物的人来说，可以食用优质的燕麦粒（完全去除外壳的燕麦粉）。

[sʌm; səm] [p'ɜːsənz] [siːm] [ʌn'eɪb(ə)l][tuː; tə] [teɪk] ['əʊtmiːl] , [ɪts][juːz] ['biːɪŋ] ['fɒləʊd] [baɪ][ə; eɪ][skɪn]
Some persons seem unable to take oatmeal , its use being followed by a skin
一些 人 似乎 无法 到 拿 麦片 ，它是 使用 存在 随后 经过 一个 皮肤
[ɪ'rʌpʃ(ə)n] .
eruption .
火山爆发 .

有些人似乎不能食用燕麦片，食用后会出现皮疹。

[ðɪs] [ɪz][sə'pəʊzd; sə'pəʊzɪd][tuː; tə][biː; bi] [djuː] [tuː; tə][ə; eɪ]['speʃ(ə)l] [kən'stɪtʃuənt] [kɔːld] " [ə'viːnɪn] , "
This is supposed to be due to a special constituent called " avenin , "
这 是 据称 到 是 到期的 到 一个 特别的 组分 称为 " 燕麦 , "
[ðə; ði] [ɪg'zɪstəns] [ɒv; əv] [wɪtʃ] ,
the existence of which ,
这 存在 的 哪个 ,

这据说是由于一种叫做"燕麦素"的特殊成分所致，它的存在：

[haʊ'evə(r)] , [ɪz] [dɪ'naɪd] [baɪ][sʌm; səm] [ɔː'θɒrətiz] .
however , is denied by some authorities .
然而 , 是 否认 经过 一些 当局 .

然而，一些权威人士否认了这一点。

[ðeə(r)] [ɪz]['lɪt(ə)l] [daʊt] [bʌt; bət] [ðæt] [p'ɜːsənz] [ɒv; əv] [wiːk] [daɪ'dʒestɪv] [p'aʊəz] [ænd; ənd] ['sed(ə)ntri]
There is little doubt but that persons of weak digestive powers and sedentary
那里 是 小的 怀疑 但 那 人 的 虚弱的 消化 权力 和 久坐的
['hæbɪts] ['kænɒt] [daɪ'dʒest] ['pɒrɪdʒ] ['kʌmftəbli; 'kʌmfətəbli] .
habits cannot digest porridge comfortably .
习惯 不能 消化 稀饭 舒适地 .

毫无疑问，消化能力弱、久坐不动的人很难舒服地消化粥。

[ɪn] ['eni] [keɪs] ['kwɪkli] - [kʊkt] ['pɒrɪdʒ] [ɪz][æn; ən][əˌbɒmɪ'neɪʃ(ə)n] .
In any case quickly - cooked porridge is an abomination .
在 任何 案件 迅速地 - 煮熟 稀饭 是 一个 厌恶 .

总之，速煮粥简直是糟蹋食物。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 52]
[页 -]

[第52页]

['ɒlɪv] .
Olive .
橄榄 .

橄榄。

[ðə; ði] [tʃiːf] [juːz][ɒv; əv][ðə; ði] ['ɒlɪv] , [æt; ət] [liːst] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ,
The chief use of the olive , at least in this country ,
这 首席 使用 的 这 橄榄 , 在 至少 在 这 国家 ,

至少在这个国家，橄榄的主要用途是

[kən'sɪsts] [ɪn][ðə; ði] [ɔɪl] [ɪk'sprest] [frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː] .
consists in the oil expressed from it .
由 在 这 油 表达 从 它 .

由其榨取的油脂组成。

[ʌn'fɔːtʃənətli] ['aʊə(r)][səʊ] - [kɔːld] ['ɒlɪv] [ɔɪl][ɪz]['dʒen(ə)rəli] ['kɒtn] - [siːd] [ɔɪl] .
Unfortunately our so - called olive oil is generally cotton - seed oil .
很遗憾 我们的 所以 - 称为 橄榄 油 是 一般来说 棉布 - 种子 油 .

可惜的是，我们所谓的橄榄油通常是棉籽油。

['kæptɪn] ['daɪmənd] [ɒv; əv] [sæn; sɑːn] [fræn'sɪskəʊ] , [eɪdʒd] - , [ænd; ənd] [ðə; ði] ['əʊldɪst] ['lɪvɪŋ] ['æθliːt] [ɪn] [ðə; ði] [wɜːld] ,
Captain Diamond of San Francisco , aged 111 - , and the oldest living athlete in the world ,
队长 钻石 的 圣 弗朗西斯科 , 老年人 - , 和 这 最老 活的 运动员 在 这 世界 ,

旧金山的戴蒙德船长，111岁，是世界上最年长的在世运动员。

[ə'trɪbjuːts] [mʌtʃ] [ɒv; əv] [hɪz; ɪz] [helθ] [tuː; tə] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] ['ɒlɪv] [ɔɪl] .
attributes much of his health to the use of olive oil .
属性 很多 的 他的 健康 到 这 使用 的 橄榄 油 .

他将自己的健康很大程度上归功于橄榄油的使用。

[bʌt; bət] [hiː; hi] [leɪz] [greɪt] [stres] [ə'pɒn] [ðə; ði] [ɪm'pɔːt(ə)ns] [ɒv; əv] [əb'teɪnɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [pjʊə(r)] .
But he lays great stress upon the importance of obtaining it pure .
但 他 躺下 伟大的 压力 之上 这 重要性 的 获得 它 纯的 .

但他非常强调获得纯净版本的重要性。

['kɒtn] - [siːd] [ɔɪl] [kən'sɪsts] ['pɑːtli] [ɒv; əv] [æn; ən] [ˌɪndɪ'dʒestəbl] [gʌm] ,
Cotton - seed oil consists partly of an indigestible gum ,
棉布 - 种子 油 由 部分 的 一个 难以消化的 胶 ,

棉籽油部分成分为一种难以消化的胶质，

[ænd; ənd] [ɪts] [kən'tɪnjuːd] [ɪn'dʒestʃən] [tend] [tuː; tə] [prə'djuːs] ['kɪdni] ['trʌb(ə)l] [ænd; ənd] [hɑːt] ['feɪljə(r)] .
and its continued ingestion tends to produce kidney trouble and heart failure .
和 它是 持续 摄入 倾向于 到 生产 肾 麻烦 和 心 失败 .

长期摄入会导致肾脏疾病和心力衰竭。

[ə; eɪ] ['sɪmp(ə)l] [test] [fɔː(r); fə(r)] ['pjʊərəti] [ɪz] [tuː; tə] [juːz] , [ðə; ði] [sə'spektɪd] ['sɑːmp(ə)l] [fɔː(r); fə(r)] ['ɒɪlɪŋ] [flɔːz] [ɔː(r)] ['fɜːnɪtʃə(r)] .
A simple test for purity is to use , the suspected sample for oiling floors or furniture .
一个 简单的 测试 为了 纯度 是 到 使用 , 这 怀疑 样本 为了 注油 楼层 或者 家具 .

检验纯度的一个简单方法是，将疑似样品涂油于地板或家具上。

[ɪf] [pjʊə(r)] , [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [liːv] [ə; eɪ] ['bjuːtɪf(ə)l] ['pɒlɪʃ] ['maɪnəs] [griːs] .
If pure , it will leave a beautiful polish minus grease .
如果 纯的 , 它 将要 离开 一个 美丽的 抛光 减 润滑脂 .

如果是纯的，它会留下漂亮的抛光效果，而且不会油腻。

[bʌt; bət] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] ['kɒtn] - [siːd] [ɔɪl] , [pɑːt] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [ɪ'væpəreɪt] , ['liːvɪŋ] [ðə; ði] ['gʌmi] ['pɔːʃ(ə)n] [bɪ'haɪnd] .
But if it contains cotton - seed oil , part of it will evaporate , leaving the gummy portion behind .
但 如果 它 包含 棉布 - 种子 油 , 部分 的 它 将要 蒸发 , 离开 这 软糖 部分 在后面 .

但如果它含有棉籽油，一部分会蒸发，留下粘稠的部分。

[wen] [pjʊə(r)] ['ɒlɪv] [ɔɪl] [ɪz] ['ʃeɪkən] [ɪn] [ə; eɪ] [hɑːf] - [fɪld] ['bɒt(ə)l] , [ðə; ði] ['bʌbəlz] [fɔːmd] [ˌðeə'baɪ] ['ræpɪdli] [ˌdɪsə'pɪə(r)] ,
When pure olive oil is shaken in a half - filled bottle , the bubbles formed thereby rapidly disappear ,
什么时候 纯的 橄榄 油 是 摇晃 在 一个 一半 - 已填 瓶子 , 这 气泡 形成 从而 快速 消失 ,

当将纯橄榄油倒入半瓶中摇晃时，产生的气泡会迅速消失。

[bʌt; bət] [ɪf] [ðə; ði]['sɑːmp(ə)l][ɪz] [ə'dʌltəreɪtɪd] [ðə; ði] ['bʌbəlz] [kən'tɪnjuː] [sʌm; səm] [taɪm] [bɪ'fɔː(r)] [ðeɪ]
but if the sample is adulterated the bubbles continue some time before they
但 如果 这 样本 是 掺假的 这 气泡 继续 一些 时间 前 他们
[bɜːst] .
burst .
爆裂 .

但如果样品掺假，气泡会在破裂前持续一段时间。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 53]
[页 -]

[第53页]

[pjʊə(r)] ['ɒlɪv] [ɔɪl] [ɪz] [peɪl] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['griːnɪʃ] ['jeləʊ] .
Pure olive oil is pale and a greenish yellow .
纯的 橄榄 油 是 苍白 和 一个 绿绿色 黄色的 .

纯橄榄油呈淡绿色或黄绿色。

[ɪf] ['iːkwəl] ['vɒljuːmz] [ɒv; əv] [strɒŋ] ['naɪtrɪk]['æsɪd] ([ðɪs] [meɪ] [biː; bi] [əb'teɪnd] [frɒm; frəm] ['eni] ['kemɪst])
If equal volumes of strong nitric acid (this may be obtained from any chemist)
如果 平等的 卷 的 强的 一氧化氮 酸 (这 可能 是 获得 从 任何 化学家)
[ænd; ənd] ['ɒlɪv] [ɔɪl] [ɑː(r); ə(r)] [mɪkst] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] ['ʃeɪkən] [ɪn] [ə; eɪ] [flɑːsk] [ðə; ði] [rɪ'zʌltɪŋ]
and olive oil are mixed together and shaken in a flask the resulting
和 橄榄 油 是 混合 一起 和 摇晃 在 一个 烧瓶 这 结果
['prɒdʌkt] [hæz; həz] [ə; eɪ] ['griːnɪʃ] [ɔː(r)] ['ɒrɪndʒ] [tɪndʒ] [wɪtʃ] [rɪ'meɪnz] [ʌn'tʃeɪndʒd] ['ɑːftə(r)] ['stændɪŋ]
product has a greenish or orange tinge which remains unchanged after standing
产品 有 一个 绿绿色 或者 橙子 色调 哪个 遗迹 未更改 后 常设
[fɔː(r); fə(r)] [ten] ['mɪnɪts] .
for ten minutes .
为了 十 分钟 .

如果将等量的浓硝酸（可从任何化学家处获得）和橄榄油混合在一起，并在烧瓶中摇晃，所得产物会呈现绿色或橙色，静置十分钟后保持不变。

[bʌt; bət] [ɪf] ['kɒtn] - [siːd] [ɔɪl] [ɪz] ['prez(ə)nt] , [ðə; ði] ['mɪkstʃə(r)] [ɪz] ['redɪʃ] [ɪn] ['kʌlə(r)] ,
But if cotton - seed oil is present , the mixture is reddish in colour ,
但 如果 棉布 - 种子 油 是 展示 , 这 混合物 是 微红 在 颜色 ,

但如果其中含有棉籽油，则混合物呈红色。

[ænd; ənd] [bɪ'kʌmz] [braʊn] [ɔː(r)] [blæk] [ɒn] ['stændɪŋ] .
and becomes brown or black on standing .
和 变成 棕色的 或者 黑色的 在 常设 .

站立后会变成棕色或黑色。

['ɒlɪv] [ɔɪl] [ɪz] ['slaɪtli] ['læksətɪv] , [ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] ['juːsf(ə)l] [tuː; tə] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] [ˌkɒnstɪ'peɪʃn]
Olive oil is slightly laxative , and therefore useful to sufferers from constipation
橄榄 油 是 轻微地 泻药 , 和 所以 有用 到 受害者 从 便秘
.
.
.

橄榄油具有轻微的通便作用，因此对便秘患者有益。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['ɔːlsəʊ] [æn; ən] ['eksələnt] ['vɜːmɪˌfjuːdʒ] .
It is also an excellent vermifuge .
它 是 还 一个 出色的 驱虫剂 .

它也是一种极佳的驱虫剂。

['ɒlɪv] [ɔɪl] [hæz; həz] [biːn] [juːst] [wɪð] [greɪt] [sək'ses] [ɪn] [ðə; ði] ['triːtmənt] [ɒv; əv] [gɔːl] [stəʊnz] .
Olive oil has been used with great success in the treatment of gall stones .
橄榄 油 有 到过 用过的 和 伟大的 成功 在 这 治疗 的 瘿 石头 .

橄榄油在治疗胆结石方面取得了很大的成功。

[ə; eɪ]['dɑːktər; draɪv] . ['rəuzənbəːg] [rɪ'pɔːtɪd] [ðæt] [ɒv; əv] ['twenti] - [wʌn] [keɪsɪz] ['triːtɪd] [baɪ] " [ðə; ði]
A Dr . Rosenberg reported that of twenty - one cases treated by " the
一个 博士 . 罗森伯格 据报道 那 的 二十 - 一 案例 治疗 经过 " 这
[ɪn'dʒestʃən][ɒv; əv][ə; eɪ][kən'sɪdərəb(ə)l]['kwɒntəti][ɒv; əv] ['ɒlɪv] [ɔɪl] ,
ingestion of a considerable quantity of olive oil ,
摄入 的 一个 大量 数量 的 橄榄 油 ,

罗森伯格医生报告说，在21例通过"摄入大量橄榄油"治疗的病例中，

['əʊnli] [tuː] [feɪld] [ɒv; əv] [kəm'pliːt] [rɪ'kʌvəri] .
only two failed of complete recovery .
仅有的 二 失败的 的 完全的 恢复 .

只有两例未能完全恢复。

" ['ʌnjən] .
" Onion .
" 洋葱 .

"洋葱。

[ðə; ði]['juːzɪz; 'juːsɪz][ɒv; əv][ðə; ði]['ʌnjən][ɑː(r); ə(r)] ['meni] [ænd; ənd] ['veərid] .
The uses of the onion are many and varied .
这 用途 的 这 洋葱 是 许多 和 多种多样 .

洋葱的用途多种多样。

[freʃ] ['ʌnjən] [dʒuːs] [prəʊ]
Fresh onion juice pro
新鲜的 洋葱 汁 专业

新鲜洋葱汁

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 54]
[页 -]

[第54页]

[məʊts] [ˌpɜːspə'reɪʃn] , [rɪ'liːvz] [ˌkɒnstɪ'peɪʃn] [ænd; ənd] [brɒŋ'kaɪtɪs] , [in'djuːs, in'duːs] [sliːp] ,
motes perspiration , relieves constipation and bronchitis , induces sleep ,
微粒 汗 , 缓解 便秘 和 支气管炎 , 诱导 睡觉 ,

促进排汗，缓解便秘和支气管炎，促进睡眠。

[ɪz] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)][keɪsɪz][ɒv; əv] ['skɜːvi] [ænd; ənd] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] [liːd] ['kɒlɪk] .
is good for cases of scurvy and sufferers from lead colic .
是 好的 为了 案例 的 坏血病 和 受害者 从 带领 绞痛 .

对坏血病和铅中毒引起的绞痛有疗效。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['ɔːlsəʊ] ['eksələnt] [fɔː(r); fə(r)] [biː] [ænd; ənd] [wɒsp] [stɪŋz] .
It is also excellent for bee and wasp stings .
它 是 还 出色的 为了 蜜蜂 和 黄蜂 刺痛 .

它对蜜蜂和黄蜂蜇伤也非常有效。

['ʌnjənz] [ɑː(r); ə(r)]['nəʊtɪd][fɔː(r); fə(r)][ðeə(r)] [nɜːv] - ['suːðɪŋ] ['prɒpətiz] .
Onions are noted for their nerve - soothing properties .
洋葱 是 著名的 为了 他们的 神经 - 舒缓 特性 .

洋葱以其舒缓神经的功效而闻名。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ] ['bjuːtəˌfaɪər] [ɒv; əv][ðə; ði][kəm'plekʃ(ə)n] .
They are also beautifiers of the complexion .
他们 是 还 美容师 的 这 肤色 .

它们还能美化肤色。

[bʌt; bət][ˌmɒdə'reɪʃ(ə)n][mʌst; məst][biː; bi] [əb'zɜːvd] [ɪn][ðeə(r)][juːz][ɔː(r)] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][æpt][tuː; tə]
But moderation must be observed in their use or they are apt to
但 适度 必须 是 观察到 在 他们的 使用 或者 他们 是 易于 到
[ˌdɪsə'griː] .
disagree .
不同意 .

但是使用时必须适度，否则它们很可能会产生分歧。

[nɒt] ['evriwʌn] [kæn; kən][daɪ'dʒest] ['ʌnjənz] , [ɔːl'ðəʊ] [ai] [bɪ'liːv] [ðem; ðəm][tuː; tə][biː; bi][mɔː(r)] ['iːzəli]
Not everyone can digest onions , although I believe them to be more easily
不是 每个人 能 消化 洋葱 , 虽然 我 相信 他们 到 是 更多的 容易地
[daɪ'dʒestɪd] [rɔː] [ðæn; ðən] [kʊkt] .
digested raw than cooked .
消化 生的 比 煮熟 .

并非所有人都能够消化洋葱，但我认为生吃洋葱比熟吃更容易消化。

[ə; eɪ] [rɔː] ['ʌnjən] [meɪ] [biː; bi] [rʌbd] [ɒn][ʌn'brəʊkən] ['tʃɪlbleɪnz] [wɪð] [gʊd] [rɪ'zʌlts] .
A raw onion may be rubbed on unbroken chilblains with good results .
一个 生的 洋葱 可能 是 摩擦 在 未破 冻疮 和 好的 结果 .

将生洋葱擦在未破损的冻疮上，可以取得良好的效果。

[ɪf] ['brəʊkən] , [ðə; ði] ['ʌnjən] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['rəʊstɪd] .
If broken , the onion should be roasted .
如果 破碎的 , 这 洋葱 应该 是 烤 .

如果洋葱破损，则需要烤制。

[ðə; ði] [hɑːt] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['rəʊstɪd] ['ʌnjən] [pleɪst] [ɪn][ðə; ði][ɪə(r)][ɪz][æn; ən][əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] ['remədi]
The heart of a roasted onion placed in the ear is an old - fashioned remedy
这 心 的 一个 烤 洋葱 放置 在 这 耳朵 是 一个 老的 - 造型 补救
[fɔː(r); fə(r)] ['ɪəreɪk] .
for earache .
为了 耳痛 .

将烤洋葱的芯塞入耳朵里是一种治疗耳痛的古老偏方。

[rɔː] ['ʌnjənz] [ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ] ['paʊəf(ə)l] [ˌænti'septɪk] .
Raw onions are a powerful antiseptic .
生的 洋葱 是 一个 强大的 防腐剂 .

生洋葱是一种强效的杀菌剂。

[ðeɪ] ['ɔːlsəʊ] [ə'trækt] [dɪ'ziːz] [dʒɜːmz][tuː; tə] [ðəm'selvz] ,
They also attract disease germs to themselves ,
他们 还 吸引 疾病 细菌 到 他们自己 ,

它们还会吸引病菌。

[ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [meɪ] [biː; bi] [pleɪst] [ɪn][ə; eɪ]['sɪkruːm; 'sɪkrʊm] [wɪð] [əd'vɑːntɪdʒ] .
and for this reason may be placed in a sickroom with advantage .
和 为了 这 原因 可能 是 放置 在 一个 病房 和 优势 .

因此，将其安置在病房中可能具有优势。

['niːdləs] [tuː; tə] [seɪ] , [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] ['ɑːftəwədz] [biː; bi] [bɜːnt] [ɔː(r)] ['berid] .
Needless to say , they should afterwards be burnt or buried .
不必要 到 说 , 他们 应该 然后 是 烧焦的 或者 埋葬 .

毋庸置疑，之后应该将它们焚烧或掩埋。

['kʌlˌpɛpər] , [ðə; ði] ['eɪnʃənt] ['hɜːbəlɪst] , [sez] [ðæt] [ðeɪ] " [drɔː] [kə'rʌpʃ(ə)n]
Culpeper , the ancient herbalist , says that they " draw corruption
卡尔佩珀 , 这 古老的 草药师 , 说道 那 他们 " 画 腐败

古代草药学家卡尔佩珀说，它们“会招致腐败”。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 55]
[页 -]

[第55页]

['ʌntə; 'ʌntu][ðem; ðəm] .
unto them .
到 他们 .

对他们而言。

" [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['pɒsəbli] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðæt] [ðə; ði][ve'dɑːntə] [fə'bidz] [ðem; ðəm][tuː; tə] [dɪ'vaʊt] ['hɪndʊ] .
" It is possibly for this reason that the Vedanta forbids them to devout Hindoos .
" 它 是 可能 为了 这 原因 那 这 吠檀多 禁止 他们 到 虔诚的 印度教徒 .

"或许正是因为这个原因，吠檀多才禁止他们成为虔诚的印度教徒。"

['gɑːlɪk] [pə'zesɪz] [ðə; ði] [seɪm] ['prɒpətiz] [æz; əz][ðə; ði] ['ʌnjən] , [bʌt; bət][ɪn][ə; eɪ] ['veri] [mʌtʃ] [strɒŋgə(r)] [dɪ'griː] .
Garlic possesses the same properties as the onion , but in a very much stronger degree .
蒜 拥有 这 相同的 特性 作为 这 洋葱 , 但 在 一个 非常 很多 更强 程度 .

大蒜与洋葱具有相同的特性，但其特性要强烈得多。

[liːks] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] [mʌtʃ] ['maɪldə(r)][ðæn; ðən][ðə; ði]['ʌnjən] .
Leeks are very much milder than the onion .
韭菜 是 非常 很多 较温和 比 这 洋葱 .

韭菜的味道比洋葱温和得多。

['ʌnjən] [dʒuːs] .
Onion Juice .
洋葱 汁 .

洋葱汁。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [prɪ'skrɪpʃn] [ɪz] ['eksələnt] [fɔː(r); fə(r)] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] [brɒŋ'kaɪtɪs] [ɔː(r)] [kɒfs] :
The following prescription is excellent for sufferers from bronchitis or coughs :
这 下列的 处方 是 出色的 为了 受害者 从 支气管炎 或者 咳嗽 :

以下处方对支气管炎或咳嗽患者非常有效：

[slaɪs] [ə; eɪ] ['spæniʃ] ['ʌnjən] ; [leɪ] [ðə; ði]['slaɪsɪz][ɪn][ə; eɪ]['beɪs(ə)n][ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l] [wel] [wɪð] [pjʊə(r)] [keɪn] ['ʃʊgə(r)] .
Slice a Spanish onion ; lay the slices in a basin and sprinkle well with pure cane sugar .
片 一个 西班牙语 洋葱 ; 躺 这 切片 在 一个 盆地 和 撒 出色地 和 纯的 甘蔗 糖 .

将西班牙洋葱切片；将洋葱片放入盆中，并均匀撒上纯蔗糖。

['kʌvə(r)][ðə; ði]['beɪs(ə)n] ['taɪtli] [ænd; ənd] [liːv] [fɔː(r); fə(r)] [twelv] ['aʊəz] .
Cover the basin tightly and leave for twelve hours .
覆盖 这 盆地 紧紧 和 离开 为了 十二 小时 .

将盆盖紧，静置十二小时。

['ɑːftə(r)] [ðɪs] [taɪm] [ðə; ði]['beɪs(ə)n][ʃʊd; ʃəd] [kən'teɪn] [ə; eɪ] ['kwɒntəti] [ɒv; əv][dʒuːs] .
After this time the basin should contain a quantity of juice .
后 这 时间 这 盆地 应该 包含 一个 数量 的 汁 .

一段时间后，盆中应该会盛有一定量的果汁。

[gɪv] [ə; eɪ] ['tiːspuːnfʊl] ['evri] [naʊ] [ænd; ənd] [ðen] [ʌn'tɪl] [rɪ'liːf] [ɪz][ə'fɔːd; ə'fɔrd] .
Give a teaspoonful every now and then until relief is afforded .
给 一个 一茶匙 每一个 现在 和 然后 直到 宽慰 是 提供 .

每隔一段时间服用一茶匙，直到症状缓解为止。

[ɪf] [tuː] [mʌtʃ] [biː; bi]['teɪkən][ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [ɪn'djuːs] ['hedeɪk] [ænd; ənd] ['vɒmɪtɪŋ] .
If too much be taken it may induce headache and vomiting .
如果 也 很多 是 已采取 它 可能 诱导 头痛 和 呕吐 .

服用过量可能会引起头痛和呕吐。

['ʌnjən] ['pəʊltɪs] .
Onion Poultice .
洋葱 药膏 .

洋葱敷料。

[æn; ən] ['eksələnt] ['pəʊltɪs] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [tʃest] [meɪ] [biː; bi] [meɪd] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [wʌn][ɔː(r)] [tuː]
An excellent poultice for the chest may be made by placing one or two
一个 出色的 药膏 为了 这 胸部 可能 是 制成 经过 放置 一 或者 二
['ɪŋglɪʃ] ['ʌnjənz] [ɪn][ə; eɪ] ['mʌzlɪn] [bæg][ænd; ənd] ['paʊndɪŋ] [ðem; ðəm][tuː; tə][ə; eɪ] [pʌlp] .
English onions in a muslin bag and pounding them to a pulp .
英语 洋葱 在 一个 细棉布 包 和 猛击 他们 到 一个 纸浆 .

将一两个英国洋葱放入纱布袋中捣成糊状，即可制成极佳的胸部敷料。

[ðɪs]
This
这

这

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 56]
[页 -]

[第56页]

[ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [rɪ'njuːd] ['evri] [θriː] [ɔː(r)][fɔː(r)] ['aʊəz] , [ænd; ənd][ðə; ði] [tʃest] [wɒʃt] .
should be renewed every three or four hours , and the chest washed .
应该 是 更新 每一个 三 或者 四 小时 , 和 这 胸部 洗过 .

应每隔三四个小时更换一次，并清洗胸部。

[ai][hæv; həv] [biːn] [təʊld] [ðæt] , [æt; ət][ðə; ði][eɪdʒ][ɒv; əv][sɪks] [wiːks] [əʊld] ,
I have been told that , at the age of six weeks old ,
我 有 到过 讲述 那 , 在 这 年龄 的 六 周 老的 ,

我听说，在六周大的时候，

[ai][wɒz; wəz] [seɪvd] [frɒm; frəm] ['daɪɪŋ] [ɒv; əv] [brɒŋ'kaɪtɪs] [baɪ] [sʌtʃ] [æn; ən] ['ʌnjən] ['pəʊltɪs] [ə'plaɪd]
I was saved from dying of bronchitis by such an onion poultice applied
我 曾是 已保存 从 垂死 的 支气管炎 经过 这样的 一个 洋葱 药膏 应用
[tuː; tə][ðə; ði] [səʊls] [ɒv; əv][maɪ] [fiːt] .
to the soles of my feet .
到 这 鞋底 的 我的 脚 .

我差点死于支气管炎，幸亏有人把洋葱糊敷在我的脚底，才得救了下来。

['ɒrɪndʒ] .
Orange .
橙子 .

橙子。

[ðə; ði] ['ɒrɪndʒ] [pə'zesɪz] [məʊst][ɒv; əv][ðə; ði]['vɜːtjuːz][ɒv; əv][ðə; ði]['lemən] , [bʌt; bət][ɪn][ə; eɪ]['mɒdɪfaɪd]
The orange possesses most of the virtues of the lemon , but in a modified
这 橙子 拥有 最多 的 这 美德 的 这 柠檬 , 但 在 一个 修改的
[fɔːm] .
form .
形式 .

橙子具备柠檬的大部分优点，但形式有所不同。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz][ðə; ði] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɒv; əv] ['biːɪŋ] [mɔː(r)]['pælətəb(ə)l] .
But it has the advantage of being more palatable .
但 它 有 这 优势 的 存在 更多的 可口的 .

但它的优点是更容易入口。

[ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv] ['ɒrɪndʒɪz] [hæz; həz] [biːn] [əb'zɜːvd] [tuː; tə][ɪg'zɜːt] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [ˌbenɪ'fɪʃ(ə)l] ['ɪnfluəns] [ɒn]
The juice of oranges has been observed to exert such a beneficial influence on
这 汁 的 橙子 有 到过 观察到 到 发挥 这样的 一个 有利 影响 在
[ðə; ði] [blʌd] [æz; əz][tuː; tə] [prɪ'vent] [ænd; ənd][kjʊə(r)] [ˌɪnflu'enzə] .
the blood as to prevent and cure influenza .
这 血 作为 到 防止 和 治愈 流感 .

人们观察到，橙汁对血液有如此有益的影响，以至于可以预防和治疗流感。

['teɪkən] ['friːli] [waɪl] [ðə; ði] [ə'tæk] [ɪz][ɒn] [ðeɪ] ['siːmɪŋli] [prɪ'vent] [ðə; ði] [njuː'məʊniə] [ðæt] [səʊ]['ɒf(ə)n]
Taken freely while the attack is on they seemingly prevent the pneumonia that so often
已采取 自由 尽管 这 攻击 是 在 他们 似乎 防止 这 肺炎 那 所以 经常
[f'ɒləʊz] .
follows .
跟随 .

在发病期间随意服用，似乎可以预防随之而来的肺炎。

[baɪ][fɑː(r)][ðə; ði] ['kwɪkɪst] [wei] [tuː; tə] [ˌəʊvə'kʌm] [ˌɪnflu'enzə] [ɪz][tuː; tə] [səb'sɪst] ['səʊlli] [ɒn] ['ɒrɪndʒɪz]
By far the quickest way to overcome influenza is to subsist solely on oranges
经过 远的 这 最快 方式 到 克服 流感 是 到 生存 仅 在 橙子
[fɔː(r); fə(r)] [θriː] [ɔː(r)][fɔː(r)] [deɪz] .
for three or four days .
为了 三 或者 四 天 .

目前为止，战胜流感最快的方法是连续三四天只吃橙子。

[hɒt] [dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)] [meɪ] [biː; bi]['teɪkən][ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] .
Hot distilled water may be taken in addition .
热的 蒸馏 水 可能 是 已采取 在 添加 .

此外，还可以服用热蒸馏水。

[ðə; ði] [piːl] [ɒv; əv][ðə; ði]['bɪtə(r)] [sə'vɪl] ['ɒrɪndʒ] [ɪz][æn; ən] ['eksələnt] ['tɒnɪk][ænd; ənd] ['remədi] [ɪn] [keɪsɪz]
The peel of the bitter Seville orange is an excellent tonic and remedy in cases
这 果皮 的 这 苦的 塞维利亚 橙子 是 一个 出色的 补品 和 补救 在 案例
[ɒv; əv][mə'leəriə][ænd; ənd]
of malaria and
的 疟疾 和

苦塞维利亚橙的果皮是一种极佳的滋补品，也是治疗疟疾的良药。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 57]
[页 -]

[第57页]

['eɪgjuː] .
ague .
疟疾 .

疟疾。

[ə; eɪ] [drɪŋk] [meɪ] [biː; bi] [prɪ'peəd] [frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [prɪ'skrɪpʃn] ['ʌndə(r)][ðə; ði]
A drink may be prepared from it according to the prescription under the
一个 喝 可能 是 准备 从 它 根据 到 这 处方 在下面 这
['hedɪŋ] " ['lemən] .
heading " Lemon .
标题 " 柠檬 .

可按照“柠檬”标题下的处方，用它制成饮料。

" [ðə; ði] " ['ɒrɪndʒ] [kjʊə(r)] " [ɪz] [juːst] [wɪð] [greɪt] [sək'ses] [fɔː(r); fə(r)] [kən'sʌmptɪv] ['peɪʃ(ə)nts] , [fɔː(r); fə(r)]
" The " orange cure " is used with great success for consumptive patients , for
" 这 " 橙子 治愈 " 是 用过的 和 伟大的 成功 为了 消耗性的 患者 , 为了
[tʃest] [ə'fekʃən] [ɒv; əv][ɔːl][kaɪndz] ,
chest affections of all kinds ,
胸部 情感 的 全部 种类 ,

“橙汁疗法”对肺结核患者和各种胸部疾病都取得了很大的成功。

[fɔː(r); fə(r)] ['æsmə] , [ænd; ənd][sʌm; səm] ['stʌmək] [kəm'pleɪnts] .
for asthma , and some stomach complaints .
为了 哮喘 , 和 一些 胃 投诉 .

用于治疗哮喘和某些胃部不适。

['ɒrɪndʒɪz] [ɑː(r); ə(r)]['teɪkən] ['friːli] [æt; ət] ['evri] [miːl] .
Oranges are taken freely at every meal .
橙子 是 已采取 自由 在 每一个 一顿饭 .

每餐都随意提供橙子。

[ðə; ði] " ['neɪvl] " [kaɪnd][ɑː(r); ə(r)]['dʒen(ə)rəli] [juːst] .
The " navel " kind are generally used .
这 " 脐 " 种类 是 一般来说 用过的 .

一般使用“肚脐”型。

['hɜːbəlɪst] [sel] [draɪd] ['ɒrɪndʒ] [pɪps][tuː; tə][biː; bi] [krʌʃt] [tuː; tə][ə; eɪ]['paʊdə(r)][ænd; ənd]['teɪkən][ɪn]
Herbalists sell dried orange pips to be crushed to a powder and taken in
草药师 卖 干燥 橙子 点数 到 是 碎 到 一个 粉末 和 已采取 在
[ðə; ði] [prə'pɔːʃ(ə)n] [ɒv; əv][wʌn] ['tiːspuːnfʊl] [tuː; tə][ə; eɪ][kʌp][ɒv; əv][hɒt]['wɔːtə(r)] .
the proportion of 1 teaspoonful to a cup of hot water .
这 部分 的 1 一茶匙 到 一个 杯子 的 热的 水 .

草药师出售干橙籽，将其碾成粉末，按 1 茶匙兑 1 杯热水的比例服用。

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['hɑːmləs] ['sedətɪv] , [ænd; ənd]['juːsf(ə)l][ɪn][hɪ'sterɪk(ə)l] [ə'fekʃən] .
This is a harmless sedative , and useful in hysterical affections .
这 是 一个 无害 镇静剂 , 和 有用 在 歇斯底里的 情感 .

这是一种无害的镇静剂，对癔症有效。

['mɑːməleɪd] ['tɒnɪk] .
Marmalade Tonic .
果酱 补品 .

橘子酱滋补液。

[ə; eɪ][drɪŋk] [meɪd] [wɪð] [hɑːf][ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv][hɒt]['wɔːtə(r)] [pɔː] ['əʊvə(r)][ə; eɪ] ['teɪblˌspuːnfʊl] [ɒv; əv]
A drink made with half a pint of hot water poured over a tablespoonful of
一个 喝 制成 和 一半 一个 品脱 的 热的 水 倾倒 超过 一个 一汤匙 的
[gʊd] ,
good ,
好的 ,

用半品脱热水冲泡一汤匙优质香料制成的饮料

[həʊm] - [meɪd] ['mɑːməleɪd] [wɪl] ['ɒf(ə)n] [gɪv] [rɪ'liːf] [ɪn][keɪsɪz][ɒv; əv][njʊə'rældʒə][ænd; ənd][peɪnz][ɪn]
home - made marmalade will often give relief in cases of neuralgia and pains in
家 - 制成 果酱 将要 经常 给 宽慰 在 案例 的 神经痛 和 疼痛 在
[ðə; ði] [hed] .
the head .
这 头 .

自制橘子酱通常可以缓解神经痛和头痛。

['pɑːsli] .
Parsley .
香菜 .

香菜。

['pɑːsli] [ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn][keɪsɪz][ɒv; əv] ['menstruəl] [əb'strʌkʃn] [ænd; ənd] [dɪ'ziːzɪz]
Parsley is useful in cases of menstrual obstruction and diseases
香菜 是 有用 在 案例 的 月经 梗阻 和 疾病

欧芹对治疗月经不调和相关疾病有益。

[ɒv; əv][ðə; ði] ['kɪdniz] .
of the kidneys .
的 这 肾脏 .

肾脏。

[ðə; ði] [bruːzd] [liːvz] [ə'plaɪd] [tuː; tə][ðə; ði] [brests] [ɒv; əv] ['nɜːsɪŋ] ['mʌðəz] [ɑː(r); ə(r)] [sed] [tuː; tə]
The bruised leaves applied to the breasts of nursing mothers are said to
这 瘀伤 树叶 应用 到 这 乳房 的 护理 母亲们 是 说 到

[kjʊə(r)]['peɪnf(ə)l] [lʌmps] [ænd; ənd] ['θret(ə)nd] ['æbses] .
cure painful lumps and threatened abscess .
治愈 痛苦 肿块 和 威胁 脓肿 .

据说将捣碎的叶子敷在哺乳期母亲的乳房上，可以治疗疼痛的肿块和即将发生的脓肿。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['ɔːlsəʊ][biː; bi]['teɪkən] [wɪð] [əd'vɑːntɪdʒ] [baɪ] ['kænsərəs] ['peɪʃ(ə)nts] .
It may also be taken with advantage by cancerous patients .
它 可能 还 是 已采取 和 优势 经过 癌变 患者 .

癌症患者也可以从中受益。

[ɪn] [ɔːl] [ðiːz] [keɪsɪz] ['pɑːsli] [meɪ] [biː; bi]['teɪkən][ɪn][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv][ə; eɪ] [suːp] ,
In all these cases parsley may be taken in the form of a soup ,
在 全部 这些 案例 香菜 可能 是 已采取 在 这 形式 的 一个 汤 ,

在所有这些情况下，欧芹都可以以汤的形式食用。

[ɪn] ['kɒmən] [juːz] [ə'mʌŋ] ['membəz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] [rɪˌdʒenə'reɪʃn] [sə'saɪəti] , [wɪtʃ] [kən'sɪsts]
in common use among members of the Physical Regeneration Society , which consists
在 常见的 使用 之中 成员 的 这 身体的 再生 社会 , 哪个 由

[ɒv; əv] ['ʌnjənz] ,
of onions ,
的 洋葱 ,

在由洋葱组成的物理再生协会成员中普遍使用，

[tə'mɑːtəʊz] , ['seləri] , [ænd; ənd] ['pɑːsli] , [stjuːd] [tə'geðə(r)] [ɪn] [dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)] .
tomatoes , celery , and parsley , stewed together in distilled water .
西红柿 , 芹菜 , 和 香菜 , 炖 一起 在 蒸馏 水 .

西红柿、芹菜和欧芹，用蒸馏水一起炖煮。

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [rɪ'mɑːrks] [ðæt] [wen] [ˌʌn'kʊkt] ['pɑːsli] [hæz; həz] [biːn] ['iːt(ə)n][tuː; tə] [ɪk'ses]
Dr . Fernie remarks that when uncooked parsley has been eaten to excess
博士 . 弗尼 评论 那 什么时候 生 香菜 有 到过 吃 到 过量的

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] [əb'zɜːvd] [tuː; tə] [prə'djuːs] ['epɪlepsi] [ɪn]['sɜːt(ə)n] ['bɒdɪli] ['sɪstəmz] .
it has been observed to produce epilepsy in certain bodily systems .
它 有 到过 观察到 到 生产 癫痫 在 肯定 身体上的 系统 .

费尔尼博士指出，过量食用生欧芹会导致某些身体系统出现癫痫症状。

[ðə; ði][ɔɪl][ɒv; əv] ['pɑːsli] [hæz; həz]['ɔːlsəʊ] [biːn] [faʊnd] ['juːsf(ə)l][ɪn][keɪsɪz][ɒv; əv] ['epɪlepsi] .
The oil of parsley has also been found useful in cases of epilepsy .
这 油 的 香菜 有 还 到过 成立 有用 在 案例 的 癫痫 .

人们还发现欧芹油对治疗癫痫有一定作用。

[ðɪs] [wʊd] ['nætʃ(ə)rəli] ['fɒləʊ] [ɒn][ðə; ði][ˌhəʊmiə'pæθɪk; ˌhɒmiə'pæθɪk]['prɪnsəp(ə)l][ɒv; əv]['sɪmələrz] .
This would naturally follow on the homeopathic principle of similars .
这 会 自然 跟随 在 这 顺势疗法 原则 的 类似 .

这自然符合顺势疗法中“相似相治”的原则。

[peə(r)] .
Pear .
梨 .

梨。

[ðə; ði][peə(r)] [pə'zesɪz] [məʊst][ɒv; əv][ðə; ði]['vɜːtjuːz][ɒv; əv][ðə; ði]['æp(ə)l] .
The pear possesses most of the virtues of the apple .
这 梨 拥有 最多 的 这 美德 的 这 苹果 .

梨具备苹果的大部分优点。

[bʌt; bət] , [ˌʌn'laɪk] [ðə; ði]['lætə(r)] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['kredɪtɪd] [wɪð] [prəʊ]
But , unlike the latter , it is credited with pro
但 , 与此不同 这 后者 , 它 是 已认可 和 专业

但与后者不同的是，它被认为具有积极作用。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 59]
[页 -]

[第59页]

[duːsɪŋ] [ə; eɪ] ['kɔnsti,peit] [ɪ'fekt] [ɪf] ['iːt(ə)n] [wɪ'ðaʊt] [ɪts] [skɪn] .
ducing a constipating effect if eaten without its skin .
引 一个 便秘 影响 如果 吃 没有 它是 皮肤 .

去皮食用会引起便秘。

[ɪn][æn; ən][əʊld]['resəpi] [bʊk] [ai] [faʊnd] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['trɪbjuːt] [tuː; tə] ['bɜːgəmɒt] [peəz] .
In an old recipe book I found the following tribute to Bergamot pears .
在 一个 老的 食谱 书 我 成立 这 下列的 贡 到 佛手柑 梨 .

我在一本旧食谱中发现了以下对佛手柑梨的赞美之词。

[ðə; ði]['raɪtə(r)] [sez] :
The writer says :
这 作家 说道 :

作者说：

" [ai][hæd; həd][fɔː(r); fə(r)][sʌm; səm] [j'iəz] [biːn] [ə'flɪktɪd] [wɪð] [ðə; ði]['juːʒuəl] ['sɪmptəmz] [ɒv; əv][ðə; ði]
" I had for some years been afflicted with the usual symptoms of the
" 我 有 为了 一些 年 到过 受苦的 和 这 通常 症状 的 这
[stəʊn] [ɪn][ðə; ði]['blædə(r)] ,
stone in the bladder ,
石头 在 这 膀胱 ,

“多年来，我一直饱受膀胱结石常见症状的困扰，

[wen] ['miːtɪŋ] [wɪð] ['dɑːktər; draɪv] . - " ['triːtɪs] [ɒv; əv] [dɪ'zɒlv(ə)nt] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [stəʊn]
when meeting with Dr . Lobb's " Treatise of Dissolvents for the Stone
什么时候 会议 和 博士 . - " 论文 的 溶剂 为了 这 石头
[ænd; ənd]['græv(ə)l] ,
and Gravel ,
和 碎石 ,

在与洛布博士的《石材和砾石溶解剂专著》会面时，

" [ai][wɒz; wəz] [ɪn'djuːst] [ɒn][hɪz; ɪz] [ˌrekəmen'deɪʃn] [tuː; tə][traɪ] ['bɜːgəmɒt] [peəz] ,
" I was induced on his recommendation to try Bergamot pears ,
" 我 曾是 诱导 在 他的 推荐 到 尝试 佛手柑 梨 ,

“在他的推荐下，我尝试了佛手柑梨。”

[ə; eɪ]['dʌz(ə)n][ɔː(r)][mɔː(r)] ['evri] [deɪ] [wɪð] [ðə; ði][raɪnd] ,
a dozen or more every day with the rind ,
一个 打 或者 更多的 每一个 天 和 这 果皮 ,

每天带皮吃十几颗或更多，

[wen] [ɪn] [les] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [wiːk] [ai] [əb'zɜːvd] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [red] [fleɪk] [ɪn][maɪ]['jʊərɪn] ,
when in less than a week I observed a large red flake in my urine ,
什么时候 在 较少的 比 一个 星期 我 观察到 一个 大的 红色的 薄片 在 我的 尿 ,

不到一周，我就发现尿液里有一大块红色鳞片。

[wɪtʃ] , [ɒn][ə; eɪ] [slaɪt] [tʌtʃ] , ['krʌmb(ə)ld]['ɪntuː][ðə; ði]['faɪnɪst]['paʊdə(r)] ,
which , on a slight touch , crumbled into the finest powder ,
哪个 , 在 一个 轻微 触碰 , 崩溃了 进入 这 最好的 粉末 ,

它轻轻一碰就化成了极细的粉末。

[ænd; ənd] [ðɪs] [wɒz; wəz][ðə; ði] [seɪm] [fɔː(r); fə(r)] ['sevrəl] [sək'siːdɪŋ] [deɪz] .
and this was the same for several succeeding days .
和 这 曾是 这 相同的 为了 一些 成功 天 .

这种情况持续了好几天。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ten] [j'iəz] [sɪns] [ai] [meɪd] [ðə; ði] [ɪk'sperɪmənt] ,
It is ten years since I made the experiment ,
它 是 十 年 自从 我 制成 这 实验 ,

距离我做这个实验已经十年了。

[ænd; ənd][ai][hæv; həv] [biːn] [kwaɪt] [friː] [frɒm; frəm] ['eni] [kəm'pleɪnts] [ɒv; əv] [ðæt] ['neɪtʃə(r)]['evə(r)] [sɪns] .
and I have been quite free from any complaints of that nature ever since .
和 我 有 到过 相当 自由的 从 任何 投诉 的 那 自然 曾经 自从 .

从那以后，我就再也没有收到过任何此类投诉。

[ðə; ði] [peəz] [wɜː(r); wə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [smɔːl] [sɔːt] [ænd; ənd] [fʊl] [ɒv; əv] [nɒts] .
The pears were of the small sort and full of knots .
这 梨 是 的 这 小的 种类 和 满的 的 绳结 .

这些梨个头很小，而且有很多疙瘩。

" [piː] [nʌt] .
" Pea Nut .
" 豌豆 坚果 .

花生。

[ðə; ði] [piː] [nʌt] — [ɔː(r)] ['mʌŋki] [nʌt] — [ɪz] [ɪ'speʃəli] [ˌrekə'mendɪd] [æz; əz][ə; eɪ][kjʊə(r)]
The pea nut — or monkey nut — is especially recommended as a cure
这 豌豆 坚果 — 或者 猴 坚果 — 是 尤其 受到推崇的 作为 一个 治愈

花生（或称猴坚果）尤其被推荐作为一种治疗方法。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 60]
[页 -]

[第60页]

[fɔː(r); fə(r)][ˌɪndɪ'dʒestʃən] .
for indigestion .
为了 消化不良 .

用于治疗消化不良。

[ai][hæv; həv][nɒt] [biːn] ['eɪb(ə)l][tuː; tə][faɪnd][aʊt] [waɪ] .
I have not been able to find out why .
我 有 不是 到过 有能力的 到 寻找 出去 为什么 .

我一直没能找到原因。

[æz; əz][ə; eɪ]['mætə(r)][ɒv; əv][fækt][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sʌtʃ] [ə; eɪ] ['haɪli] - ['kɒnsntreɪtɪd] [fuːd] [ðæt] ,
As a matter of fact it is such a highly - concentrated food that ,
作为 一个 事情 的 事实 它 是 这样的 一个 高度 - 集中 食物 那 ,

事实上，这是一种高度浓缩的食品，

[ən'les] ['teɪkən][ɪn] ['veri] [smɔːl] [k'wɒntɪtɪz] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['laɪəb(ə)l][tuː; tə][ˌʌp'set] [wiːk] [diːdʒestʃən, dai-] .
unless taken in very small quantities , it is liable to upset weak digestions .
除非 已采取 在 非常 小的 数量 , 它 是 容易 到 沮丧的 虚弱的 消化 .

除非少量服用，否则容易引起消化不良。

[ai] [sə'spekt] [ðə; ði]['siːkrət] [tuː; tə][laɪ][ɪn][ðə; ði] ['tʃuːɪŋ] .
I suspect the secret to lie in the chewing .
我 怀疑 这 秘密 到 说谎 在 这 咀嚼 .

我怀疑秘诀在于咀嚼。

['ɔːlməʊst] ['eni] [kaɪnd][ɒv; əv] [nʌt] [wɪl] [kjʊə(r)][ðə; ði][hə'bɪtʃuəl][ˌɪndɪ'dʒestʃən] [ɪn'djuːst] [baɪ] " ['bəʊltɪŋ] "
Almost any kind of nut will cure the habitual indigestion induced by " bolting "
几乎 任何 种类 的 坚果 将要 治愈 这 习惯性的 消化不良 诱导 经过 " 螺栓连接 "
[ðə; ði] [fuːd] ,
the food ,
这 食物 ,

几乎任何种类的坚果都能治愈因狼吞虎咽引起的习惯性消化不良。

[ɪf] ['əʊnli][ˌaɪ 'tiː][biː; bi] [tʃuː] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['lɪkwɪd] .
if only it be chewed until it is liquid .
如果 仅有的 它 是 咀嚼 直到 它 是 液体 .

只要把它嚼成液体就行了。

[hɑːd] ['bɪskɪts] [wɪl] [duː; də] [ɪn'sted] [ɒv; əv] [nʌts] , [ɔːl'ðəʊ] [æn; ən] [ˌʌn'kʊkt] [fuːd] [laɪk] [ðə; ði] [nʌt] [ɪz]
Hard biscuits will do instead of nuts , although an uncooked food like the nut is
难的 饼干 将要 做 反而 的 坚果 , 虽然 一个 生 食物 喜欢 这 坚果 是
[ðə; ði]['betə(r)] .
the better .
这 更好的 .

硬饼干可以代替坚果，不过像坚果这样的生食更好。

[bʌt; bət] [wɒt'evə(r)] [ɪz]['teɪkən][mʌst; məst][biː; bi] " ['fletʃəraɪzd] , " [ðæt] [ɪz] ,
But whatever is taken must be " Fletcherised , " that is ,
但 任何 是 已采取 必须 是 " 弗莱彻式 , " 那 是 ,

但无论取用什么，都必须经过“弗莱彻化”处理，也就是说，

[tʃuː] [ænd; ənd] [tʃuː] [ænd; ənd] [tʃuː] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɔːl] [rɪ'djuːst] [tuː; tə]['lɪkwɪd] .
chewed and chewed and chewed until it is all reduced to liquid .
咀嚼 和 咀嚼 和 咀嚼 直到 它 是 全部 减少 到 液体 .

反复咀嚼，直到全部变成液体。

[piː] [nʌts] [kən'teɪn] [ə; eɪ] [gʊd] [diːl] [ɒv; əv] [ɔɪl] , [ænd; ənd] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ɑː(r); ə(r)]
Pea nuts contain a good deal of oil , and for this reason are
豌豆 坚果 包含 一个 好的 交易 的 油 , 和 为了 这 原因 是
[ˌrekə'mendɪd] [fɔː(r); fə(r)] [kən'sʌmptɪv] .
recommended for consumptives .
受到推崇的 为了 肺痨 .

花生含有大量油脂，因此推荐给肺结核患者食用。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [tʃiːpɪst] [nʌts] [tuː; tə] [baɪ] ,
They are the cheapest nuts to buy ,
他们 是 这 最便宜 坚果 到 买 ,

它们是最便宜的坚果。

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['riːz(ə)n] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] ['riːəli] [nʌts] [bʌt; bət] [biːnz] .
for the reason that they are not really nuts but beans .
为了 这 原因 那 他们 是 不是 真的 坚果 但 豆子 .

因为它们其实不是坚果，而是豆类。

[paɪn] - ['æp(ə)l] .
Pine - apple .
松树 - 苹果 .

菠萝。

[paɪn] - ['æp(ə)l][dʒuːs][ɪz][ðə; ði][spə'sɪfɪk][fɔː(r); fə(r)][dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə] .
Pine - apple juice is the specific for diphtheria .
松树 - 苹果 汁 是 这 具体的 为了 白喉 .

菠萝汁是治疗白喉的特效药。

[ðɪs] [siːm] [tuː; tə][hæv; həv]
This seems to have
这 似乎 到 有

这似乎有

[biːn] [fɜːst] [brɔːt] [tuː; tə] [ðə; ði] [ˈnəʊtɪs] [ɒv; əv] [ˌjʊərəˈpiːənz] [baɪ] [ðə; ði] [fækt] [ðæt] [ˈniːgrəuz] [ˈlɪvɪŋ]
been first brought to the notice of Europeans by the fact that negroes living
到过 第一的 带来 到 这 注意 的 欧洲人 经过 这 事实 那 黑人 活的
[raʊnd] [əˈbaʊt] [ðə; ði] [swɒmps] [ɒv; əv] [luˌiːziˈænə] [wɜː(r); wə(r)] [əbˈzɜːvd] [tuː; tə] [juːz] [ˌaɪ ˈtiː] [wɪð] [greɪt]
round about the swamps of Louisiana were observed to use it with great
圆形的 关于 这 沼泽 的 路易斯安那州 是 观察到 到 使用 它 和 伟大的
[səkˈses] .
success .
成功 .

欧洲人第一次注意到这种植物，是因为人们观察到居住在路易斯安那沼泽周围的黑人成功地使用了它。

[ə; eɪ] [ˈraɪtə(r)] [huː] [ˈrekɔːdz] [ðɪs] [sez] : " [ðə; ði] [ˈpeɪʃ(ə)nt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [fɔːst] [tuː; tə] [ˈswɒləʊ] [ðə; ði]
A writer who records this says : " The patient should be forced to swallow the
一个 作家 WHO 记录 这 说道 : " 这 病人 应该 是 强制 到 吞 这
[dʒuːs] .
juice .
汁 .

一位记录此事的作家说：“应该强迫病人吞下这种果汁。”

[ðɪs] [ˈfluːɪd] [ɪz] [ɒv; əv] [səʊ] [ˈpʌndʒənt] [ænd; ənd] [kəˈrəʊsɪv] [ə; eɪ] [ˈneɪtʃə(r)] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː] [kʌts] [aʊt] [ðə; ði]
This fluid is of so pungent and corrosive a nature that it cuts out the
这 体液 是 的 所以 泼辣 和 腐蚀性 一个 自然 那 它 削减 出去 这
[dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] [ˈmjuːkəs] [ænd; ənd] [ˈkɔːzɪz] [ˌaɪ ˈtiː] [tuː; tə] [ˌdɪsəˈpɪə(r)] .
diphtheria mucous and causes it to disappear .
白喉 粘液 和 原因 它 到 消失 .

这种液体具有非常强烈的刺激性和腐蚀性，能够溶解白喉粘液并使其消失。

" [ðə; ði] [əˈbʌv] [dəˈrekʃ(ə)n] [lʊks] [ˌsætɪsˈfæktəri] [ɪˈnʌf] [ɒn] [ˈpeɪpə(r)] ,
" The above direction looks satisfactory enough on paper ,
" 这 多于 方向 看起来 令人满意的 足够的 在 纸 ,

“上述方向从理论上看似乎足够令人满意。”

[ænd; ənd] [ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ˈemɪnəntli] [ˈtʃɪərɪŋ] [tuː; tə] [riːd] [ɒv; əv] [haʊ] [ðə; ði] [paɪn] - [ˈæp(ə)l] [dʒuːs] [ˈkɔːzɪz]
and it is eminently cheering to read of how the pine - apple juice causes
和 它 是 非常 欢呼 到 读 的 如何 这 松树 - 苹果 汁 原因
[ðə; ði] [dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] [ˈmjuːkəs] [tuː; tə] [ˌdɪsəˈpɪə(r)] ,
the diphtheria mucous to disappear ,
这 白喉 粘液 到 消失 ,

读到菠萝汁能使白喉黏液消失，真是令人无比振奋。

[bʌt; bət] [ˈeniwʌn] [huː] [nəʊz] [ˈeniθɪŋ] [əˈbaʊt] [dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] [nəʊz] [ðæt] [tuː; tə] " [fɔːs] " [ə; eɪ]
but anyone who knows anything about diphtheria knows that to " force " a
但 任何人 WHO 知道 任何事物 关于 白喉 知道 那 到 " 力量 " 一个
[dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] [ˈpeɪʃ(ə)nt] [tuː; tə] [ˈswɒləʊ] [ɪz] [mɔː(r)] [ˈiːzəli] [ˈrɪt(ə)n] [əˈbaʊt] [ðæn; ðən] [əˈkʌmplɪʃt] .
diphtheria patient to swallow is more easily written about than accomplished .
白喉 病人 到 吞 是 更多的 容易地 书面 关于 比 完成 .

但任何了解白喉的人都知道，要“强迫”白喉患者吞咽，说起来容易做起来难。

[ˈfɔːtʃənətli] [ai] [hæv; həv] [biːn] [ˈeɪb(ə)l] [tuː; tə] [əbˈteɪn] [ðə; ði] [ˈfɒləʊɪŋ] [ɪkˈsplɪsɪt] [dəˈrekʃ(ə)nz] [frɒm; frəm]
Fortunately I have been able to obtain the following explicit directions from
幸运的是 我 有 到过 有能力的 到 获得 这 下列的 显式 方向 从
[æn; ən] [ɪkˈspɪəriənst] [nɜːs] [ænd; ənd] [ˈmʌðə(r)] :
an experienced nurse and mother :
一个 经验丰富的 护士 和 母亲 :

幸运的是，我从一位经验丰富的护士兼母亲那里获得了以下明确的指导：

[ðə; ði][paɪn] - ['æp(ə)l][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][kʌt] [ʌp][ænd; ənd] [wel] ['paʊndɪd] [ɪn][ə; eɪ]['mɔːtə(r)] .
The pine - apple should be cut up and well pounded in a mortar .
这 松树 - 苹果 应该 是 切 向上 和 出色地 猛击 在 一个 砂浆 .

菠萝应该切碎，然后在研钵中捣碎。

[ðə; ði][dʒuːs][mʌst; məst] [ðen] [biː; bi] [prest] [aʊt] [ænd; ənd]
The juice must then be pressed out and
这 汁 必须 然后 是 按下 出去 和

然后必须将果汁压榨出来。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 62]
[页 -]

[第62页]

[streɪnd] [θruː] [wel] - ['skɔːldɪd] ['mʌzlɪn] .
strained through well - scalded muslin .
紧张 通过 出色地 - 烫伤 细棉布 .

用烫过的细棉布过滤。

[ðə; ði] ['peɪʃənts] [maʊθ] [mʌst; məst][biː; bi] [wɒʃt] [aʊt] [wɪð] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] .
The patient's mouth must be washed out with warm water .
这 患者 嘴 必须 是 洗过 出去 和 温暖的 水 .

必须用温水漱口。

[ðə; ði][dʒuːs] [meɪ] [naʊ] [biː; bi]['gɪv(ə)n] [wɪð] [ə; eɪ]['sɪlvə(r)] ['tiːspuːn] .
The juice may now be given with a silver teaspoon .
这 汁 可能 现在 是 给定 和 一个 银 茶匙 .

现在可以用银茶匙喂食果汁了。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['pɒsəb(ə)l] [ðæt] [ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt] [meɪ] [biː; bi] [kwaɪt] [ʌn'eɪb(ə)l][tuː; tə] ['swɒləʊ] ['eni] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] .
It is possible that the patient may be quite unable to swallow any of it .
它 是 可能的 那 这 病人 可能 是 相当 无法 到 吞 任何 的 它 .

患者可能完全无法吞咽任何药物。

[ɪf] [ðɪs] [biː; bi][səʊ] , [ðə; ði][dʒuːs] [wɪl] [sɜːv] [æz; əz][ə; eɪ] [maʊθ] [ænd; ənd] [θrəʊt] [wɒʃ] .
If this be so , the juice will serve as a mouth and throat wash .
如果 这 是 所以 , 这 汁 将要 服务 作为 一个 嘴 和 喉 洗 .

如果真是这样，这种果汁就可以起到漱口和洗喉的作用。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] ['grædʒuəli] [dɪ'zɒlv] [ðə; ði] ['membreɪn] , [ænd; ənd][ɪ'neɪb(ə)l][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][biː; bi] [skreɪpt]
It will gradually dissolve the membrane , and enable it to be scraped
它 将要 逐步地 溶解 这 膜 , 和 使能够 它 到 是 刮擦
['dʒentli] [ə'weɪ] [wɪð] [ðə; ði] [spuːn] .
gently away with the spoon .
轻轻地 离开 和 这 勺子 .

它会逐渐溶解这层膜，使之能够用勺子轻轻刮掉。

[ðə; ði][dʒuːs][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['gɪv(ə)n] , [ænd; ənd][ðə; ði] [θrəʊt] [skreɪpt] [æz; əz][fɑː(r)] [daʊn] [æz; əz][ðə; ði]
The juice should be given , and the throat scraped as far down as the
这 汁 应该 是 给定 , 和 这 喉 刮擦 作为 远的 向下 作为 这
[nɜːs] [kæn; kən] [riːtʃ] ,
nurse can reach ,
护士 能 抵达 ,

应该喂食果汁，并尽可能地刮取喉咙深处的痰液，护士能触及的地方都要刮干净。

[æz; əz]['ɒf(ə)n][æz; əz][ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt][kæn; kən][beə(r)][ˌaɪ 'tiː] .
as often as the patient can bear it .
作为 经常 作为 这 病人 能 熊 它 .

只要病人能够承受，就尽可能频繁地进行。

[ðə; ði] [taɪm] [wɪl] [kʌm] , ['suːnə(r)][ɔː(r)]['leɪtə(r)] , [wen] [ðə; ði][dʒuːs][ɪz] [sw'ɒləʊd] .
The time will come , sooner or later , when the juice is swallowed .
这 时间 将要 来 , 很快 或者 之后 , 什么时候 这 汁 是 吞咽 .

迟早有一天，你会吞下这番苦果。

[nəʊ]['ʌðə(r)] [fuːd] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['gɪv(ə)n] .
No other food should be given .
不 其他 食物 应该 是 给定 .

不得喂食其他食物。

[ðə; ði] [nɜːs] [meɪ] [hæv; həv][tuː; tə] [wɜːk] [ə'weɪ] [fɔː(r); fə(r)][sʌm; səm] ['aʊəz] [bɪ'fɔː(r)] ['eni] [dʒuːs][ɪz] [sw'ɒləʊd] ,
The nurse may have to work away for some hours before any juice is swallowed ,
这 护士 可能 有 到 工作 离开 为了 一些 小时 前 任何 汁 是 吞咽 ,

护士可能需要工作几个小时，才能让病人喝下果汁。

[bʌt; bət][maɪ] [frend] [əˈʃuə] [ˌem 'iː] [ðæt] [ɪf] [ðə; ði] ['skreɪpɪŋ] [biː; bi] [dʌn] ['dʒentli][ænd; ənd] ['skɪlfəli] ,
but my friend assures me that if the scraping be done gently and skilfully ,
但 我的 朋友 保证 我 那 如果 这 刮擦 是 完毕 轻轻地 和 巧妙地 ,

但我的朋友向我保证，如果刮除操作轻柔娴熟，

['iːv(ə)n] ['tʃɪldrən] [wɪl] [beə(r)][ˌaɪ 'tiː] ['peɪʃntli] .
even children will bear it patiently .
甚至 孩子们 将要 熊 它 耐心 .

即使是孩子也会耐心忍受。

['əʊnli][ə; eɪ]['sɪlvə(r)][ɔː(r)][bəʊn] [spuːn] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [juːst] , [ænd; ənd] , ['niːdləs] [tuː; tə] [seɪ] ,
Only a silver or bone spoon should be used , and , needless to say ,
仅有的 一个 银 或者 骨 勺子 应该 是 用过的 , 和 , 不必要 到 说 ,

只能使用银勺或骨勺，而且，不言而喻，

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [wel] ['skɔːldɪd][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði] ['ɪntərvlz] [ɒv; əv]['juːzɪŋ] .
it must be well scalded in boiling water in the intervals of using .
它 必须 是 出色地 烫伤 在 沸腾 水 在 这 间隔 的 使用 .

每次使用后都必须用沸水彻底烫洗。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 63]
[页 -]

[第63页]

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [rɪ'mɑːkəb(ə)l] [fækt] [ðæt] [waɪl] [paɪn] - ['æp(ə)l][dʒuːs]['eksəsaɪzɪz] [ðɪs] [rɪ'mɑːkəb(ə)l] [kə'rəʊsɪv] ['paʊə(r)][ə'pɒn] [dɪ'ziːzd] ['mjuːkəs] ,
It is a remarkable fact that while pine - apple juice exercises this remarkable corrosive power upon diseased mucous ,
它 是 一个 卓越 事实 那 尽管 松树 - 苹果 汁 练习 这 卓越 腐蚀性 力量 之上 患病的 粘液 ,

菠萝汁对病变黏液具有显著的腐蚀作用，这是一个令人惊讶的事实。

[ɪts] [ɪ'fekt] [ə'pɒn][ðə; ði][məʊst] ['delɪkət] , ['helθi] ['membreɪn] [ɪz] ['æbsəluːtli] ['hɑːmləs] .
its effect upon the most delicate , healthy membrane is absolutely harmless .
它是 影响 之上 这 最多 精美的 , 健康 膜 是 绝对地 无害 .

它对最娇嫩、健康的细胞膜的影响是绝对无害的。

[ai][hæv; həv] [siːn] [swiːt] [paɪn] - ['æp(ə)l][dʒuːs]['gɪv(ə)n][tuː; tə][sɪks] - [mʌnθs] - [əʊld] ['beɪbiz] [æz; əz][ə; eɪ] ['sʌplɪmənt] [tuː; tə][ðə; ði] ['mʌðərz] [mɪlk] ,
I have seen sweet pine - apple juice given to six - months - old babies as a supplement to the mother's milk ,
我 有 已见 甜的 松树 - 苹果 汁 给定 到 六 - 几个月 - 老的 婴儿 作为 一个 补充 到 这 母亲的 牛奶 ,

我见过有人给六个月大的婴儿喂甜菠萝汁，作为母乳的补充。

[wɪð] ['eksələnt] [rɪ'zʌlts] .
with excellent results .
和 出色的 结果 .

结果非常理想。

['dɑːktər; draɪv] . [h'ɪliɐ] , ['raɪtɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['herəld] [ɒv; əv] [helθ] [ɪn] - , [sez] " [slaɪst] [paɪn] - ['æplz] ,
Dr . Hillier , writing in the Herald of Health in 1897 , says " Sliced pine - apples ,
博士 . 希利尔 , 写作 在 这 先驱报 的 健康 在 - , 说道 " 切片 松树 - 苹果 ,

希利尔医生在1897年《健康先驱报》上撰文称："切片菠萝，

[leɪd] [ɪn] [pjʊə(r)] ['hʌni] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [deɪ] [ɔː(r)] [tuː] , [wen] [juːst] [ɪn] [ˌmɒdə'reɪʃ(ə)n] ,
laid in pure honey for a day or two , when used in moderation ,
铺设 在 纯的 蜂蜜 为了 一个 天 或者 二 , 什么时候 用过的 在 适度 ,

将物品浸泡在纯蜂蜜中一两天，适量食用。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

[wɪl] [rɪ'liːv] [ðə; ði] ['hjuːmən] ['biːɪŋ] [frɒm; frəm] ['krɒnɪk] [ɪm'pækʃən] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['baʊəlz] , [ˌriːɪ'stæblɪʃ] [perɪ'stæltɪk] ['məʊʃn] ,
will relieve the human being from chronic impaction of the bowels , reestablish peristaltic motion ,
将要 缓解 这 人类 存在 从 慢性的 撞击 的 这 肠道 ， 重建 蠕动 运动 ，

能够缓解人类慢性肠道阻塞，恢复肠道蠕动。

[ænd; ənd] [ɪn'djuːs] ['pɜːfɪkt] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] . "
and induce perfect digestion . "
和 诱导 完美的 消化 . "

并促进完美消化。

" [ə; eɪ] [slaɪs] [ɒv; əv] [freʃ] [paɪn] - ['æp(ə)l] , " [raɪts] ['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] ,
" A slice of fresh pine - apple , " writes Dr . Fernie ,
" 一个 片 的 新鲜的 松树 - 苹果 ， " 写 博士 . 弗尼 ，

费尔尼博士写道：“一片新鲜的菠萝。”

" [ɪz] [ə'baʊt] [æz; əz] [waɪz] [ə; eɪ] [θɪŋ] [æz; əz] [wʌn] [kæn; kən] [teɪk] [baɪ] [wei] [ɒv; əv] [dɪ'zɜːt] ['ɑːftə(r)] [ə; eɪ] [səb'stænʃ(ə)l] [miːl] .
" is about as wise a thing as one can take by way of dessert after a substantial meal .
" 是 关于 作为 明智的 一个 事物 作为 一 能 拿 经过 方式 的 甜点 后 一个 重大的 一顿饭 .

“这大概是正餐后最明智的甜点选择之一了。”

" [ðɪs] [ɪz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [freʃ] [paɪn] - ['æp(ə)l] [dʒuːs] [hæz; həz] [biːn] [faʊnd] [tuː; tə] [ækt] [ə'pɒn] ['ænɪm(ə)l] [fuːd] [ɪn] ['veri] [mʌtʃ] [ðə; ði] [seɪm] [wei] [ðæt] [ðə; ði] ['gæstrɪk] [dʒuːs] [ækts] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] ['stʌmək] .
" This is because fresh pine - apple juice has been found to act upon animal food in very much the same way that the gastric juice acts within the stomach .
" 这 是 因为 新鲜的 松树 - 苹果 汁 有 到过 成立 到 行为 之上 动物 食物 在 非常 很多 这 相同的 方式 那 这 胃 汁 行为 之内 这 胃 .

“这是因为人们发现新鲜菠萝汁对动物食物的作用方式与胃液在胃中的作用方式非常相似。”

[bʌt; bət] [ˌvedʒɪ'teəriːənz] [ʃʊd; ʃəd] [iːt] [freʃ] [fruːt]
But vegetarians should eat fresh fruit
但 素食者 应该 吃 新鲜的 水果

但素食者应该吃新鲜水果

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 64]
[页 -]

[第64页]

[æt; ət] [ðə; ði] [bɪ'gɪnɪŋ] [ɒv; əv] [miːlz] ['rɑːðə(r)] [ðæn; ðən] [æt; ət] [ðə; ði] [end] .
at the beginning of meals rather than at the end .
在 这 开始 的 餐 相当 比 在 这 结尾 .

在用餐开始时而不是结束时。

[ðə; ði] [paɪn] - ['æp(ə)l] [ɪz] ['juːsf(ə)l] [ɪn] [ɔːl] ['ɔːd(ə)n(ə)ri] [keɪsɪz] [ɒv; əv] [sɔː(r)] - [θrəʊt] .
The pine - apple is useful in all ordinary cases of sore - throat .
这 松树 - 苹果 是 有用 在 全部 普通的 案例 的 疮 - 喉 .

菠萝对普通的咽喉痛都有疗效。

[wʌn] [paɪn] - ['æp(ə)l][ɒv; əv] ['ævərɪdʒ] [saɪz] [ʃʊd; ʃəd] [jiːld] [hɑːf] [ə; eɪ] [paɪnt] [ɒv; əv] [dʒuːs] .
One pine - apple of average size should yield half a pint of juice .
一 松树 - 苹果 的 平均的 尺寸 应该 屈服 一半 一个 品脱 的 汁 .

一个中等大小的菠萝应该能榨出半品脱的汁。

[tɪnd] [ɔː(r)] [kʊkt] [paɪn] - ['æp(ə)l] [ɪz] ['juːsləs] [fɔː(r); fə(r)] ['kjʊərətɪv] [p'ɜːpəsɪz] .
Tinned or cooked pine - apple is useless for curative purposes .
罐装 或者 煮熟 松树 - 苹果 是 无用 为了 治疗 目的 .

罐装或煮熟的菠萝对治病没有用处。

[paɪn] ['kɜːn(ə)l] .
Pine Kernel .
松树 核心 .

松子仁。

[paɪn] ['kɜːrnl] [ɑː(r); ə(r)] [ˌrekə'mendɪd] [tuː; tə] [ðəʊz] [huː] [faɪnd] ['ʌðə(r)] [nʌts] ['dɪfɪkəlt] [tuː; tə] [daɪ'dʒest] .
Pine kernels are recommended to those who find other nuts difficult to digest .
松树 内核 是 受到推崇的 到 那些 WHO 寻找 其他 坚果 难的 到 消化 .

对于难以消化其他坚果的人来说，建议食用松子仁。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] [məʊst] ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd] [ɒv; əv] [ɔːl] [ðə; ði] [nʌts] .
They are the most easily digested of all the nuts .
他们 是 这 最多 容易地 消化 的 全部 这 坚果 .

它们是所有坚果中最容易消化的。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['ɒf(ə)n] [juːst] [fɔː(r); fə(r)] ['kʊkɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [pleɪs] [ɒv; əv] ['suːɪt; 'sjuːɪt] , ['biːɪŋ] ['veri] ['ɔɪli] .
They are often used for cooking in the place of suet , being very oily .
他们 是 经常 用过的 为了 烹饪 在 这 地方 的 羊脂 , 存在 非常 油腻的 .

由于它们含油量很高，所以经常被用来代替牛油烹饪。

[plʌm] , [pruːn] .
Plum , Prune .
李子 , 修剪 .

李子，西梅。

[ðə; ði] [dɪs'feɪvə(r)] [wɪð] [wɪtʃ] " [stəʊn] [fruːts] , " [ɪ'speʃəli] [plʌmz] ,
The disfavour with which " stone fruits , " especially plums ,
这 不受欢迎 和 哪个 " 石头 水果 , " 尤其 李子 ,

人们对"核果"，尤其是李子，抱有反感。

[ɑː(r); ə(r)] ['dʒen(ə)rəli] [rɪ'gɑːdɪd] [əʊz] [ɪts] ['biːɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] [fækt] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] ['ɒf(ə)n] ['iːt(ə)n] [wen] [ˌʌn'raɪp] .
are generally regarded owes its being to the fact that they are too often eaten when unripe .
是 一般来说 认为 欠款 它是 存在 到 这 事实 那 他们 是 也 经常 吃 什么时候 生 .

人们普遍认为，这是因为它们经常在未成熟时被食用。

[wen] [raɪp] , [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [æz; əz] ['həʊlsəm] [æz; əz] ['eni] ['ʌðə(r)] [fruːt] .
When ripe , they are as wholesome as any other fruit .
什么时候 成熟 , 他们 是 作为 健康 作为 任何 其他 水果 .

成熟后，它们和其他水果一样营养丰富。

[ˌʌn'raɪp] [ðeɪ] [prə'vəʊk] [ˌkɒlər'eɪɪk] .
Unripe they provoke choleraic diarrhœa .
生 他们 惹 霍乱 腹泻 .

未成熟的果实会引起霍乱性腹泻。

[ðə; ði] [pruːn] , [ə; eɪ] [və'raɪəti] [ɒv; əv] [draɪd] [plʌm] , [hæz; həz] [biːn] [ˌrekə'mendɪd] [æz; əz] [ə; eɪ] ['remədi]
The prune , a variety of dried plum , has been recommended as a remedy
这 修剪 , 一个 种类 的 干燥 李子 , 有 到过 受到推崇的 作为 一个 补救

西梅干，一种干李子，已被推荐作为一种疗方。

[əˈgenst] [ˈvɪʃəsnəs] [ænd; ənd] [ˌɪrɪtəˈbɪləti] .
against viciousness and irritability .
反对 恶毒 和 易怒 .

反对恶毒和易怒。

[æn; ən] [əˈmerɪkən] [ˈdɒktə(r)] [diˈklεə] [ðæt] [ðeə(r)] [ɪz] [ə; eɪ] [ˈsɜːt(ə)n] [məˈdɪsɪnl] [ˈprɒpəti] [ɪn] [ðə; ði] [pruːn]
An American doctor declares that there is a certain medicinal property in the prune
一个 美国人 医生 声明 那 那里 是 一个 肯定 药用 财产 在 这 修剪
[wɪtʃ] [ækts] [dəˈrektli] [əˈpɒn] [ðə; ði] [ˈnɜːvəs] [ˈsɪstəm] ,
which acts directly upon the nervous system ,
哪个 行为 直接地 之上 这 紧张的 系统 ,

一位美国医生宣称，西梅干具有某种药用特性，可以直接作用于神经系统。

[ænd; ənd] [ðæt] [ɪz] [weə(r)] [ðə; ði] [ˈiːv(ə)l] [ˈpæʃ(ə)nz] [hæv; həv] [ðeə(r)] [siːt] .
and that is where the evil passions have their seat .
和 那 是 在哪里 这 邪恶的 激情 有 他们的 座位 .

而这正是邪恶欲望的根源所在。

[hiː; hi] [rɪˈpɔːts] [ðæt] [hiː; hi] [traɪd] [ðə; ði] [ɪkˈsperɪmənt] [ɒv; əv] [ɪnˈkluːdɪŋ] [pruːnz] [ɪn] [ðə; ði] [miːlz] [ɒv; əv]
He reports that he tried the experiment of including prunes in the meals of
他 报告 那 他 尝试 这 实验 的 包括 西梅 在 这 餐 的
[ðə; ði] [ˈvɪʃəs] ,
the vicious ,
这 恶毒 ,

他报告说，他尝试在凶恶之人的膳食中加入西梅干，

[ɪnˈtræktəbl] [juːðz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [rɪˈfɔːmətri] ,
intractable youths of a reformatory ,
难以驾驭的 青年 的 一个 感化院 ,

感化院里桀骜不驯的青少年

[ænd; ənd] [ðæt] [baɪ] [ðə; ði] [end] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [wiːk] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [ˈpiːsəbl] [æz; əz] [læmz] .
and that by the end of a week they were peaceable as lambs .
和 那 经过 这 结尾 的 一个 星期 他们 是 和平的 作为 羔羊 .

一周后，它们就变得像羔羊一样温顺了。

[məʊst] [ˈraɪtər] [huː] [ˈkɒment] [ɒn] [ðɪs] [siːm] [tuː; tə] [səˈdʒest] [ðæt] [ˈeni] [fruːt] [wɪtʃ] [ɪz] [ˈmaɪldli]
Most writers who comment on this seem to suggest that any fruit which is mildly
最多 作家 WHO 评论 在 这 似乎 到 建议 那 任何 水果 哪个 是 轻微地
[əˈpɪəriənt] [wʊd] [prəˈdjuːs] [ðə; ði] [seɪm] [ɪˈfekt] .
aperient would produce the same effect .
泻药 会 生产 这 相同的 影响 .

大多数对此发表评论的作者似乎都认为，任何具有轻微开胃作用的水果都会产生同样的效果。

[bʌt; bət] [ðə; ði] [ˈmʌðə(r)] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [ˈfæməli] [telz] [ˌem ˈiː] [ðæt] [ʃiː; ʃi] [hæz; həz] [əbˈzɜːvd] [ðæt]
But the mother of a large family tells me that she has observed that
但 这 母亲 的 一个 大的 家庭 讲述 我 那 她 有 观察到 那
[pruːnz] [siːm] [tuː; tə] [pəˈzes] [ə; eɪ] [ˈsuːðɪŋ] [ˈprɒpəti] [ðæt] [ɪz] [ɔːl] [ðeə(r)] [əʊn] .
prunes seem to possess a soothing property that is all their own .
西梅 似乎 到 具有 一个 舒缓 财产 那 是 全部 他们的 自己的 .

但一位大家庭的母亲告诉我，她观察到西梅似乎具有一种独特的舒缓功效。

[pruːn] [tiː] .
Prune Tea .
修剪 茶 .

西梅茶。

[pruːn] [tiː] [ɪz][æn; ən] ['eksələnt] [drɪŋk] [fɔː(r); fə(r)] ['ɪrɪtəb(ə)l] [p'ɜːsənz] .
Prune tea is an excellent drink for irritable persons .
修剪 茶 是 一个 出色的 喝 为了 易怒的 人 .

西梅茶是缓解烦躁情绪的绝佳饮品。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [æz; əz] [f'ɒləʊz] : [tuː; tə] ['evri] [paɪnt][ɒv; əv] [wɒʃt] [pruːnz] [ə'laʊ] [wʌn] [kwɔːt] [ɒv; əv]
It is made as follows : To every pint of washed prunes allow 1 quart of
它 是 制成 作为 跟随 : 到 每一个 品脱 的 洗过 西梅 允许 1 夸脱 的
[dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)] .
distilled water .
蒸馏 水 .

制作方法如下：每品脱洗净的西梅干加入 1 夸脱蒸馏水。

[səʊk] [ðə; ði] [pruːnz] [ɔːl] [naɪt] , [ænd; ənd] ['ɑːftəwədz] ['sɪmə(r)] [tuː; tə][rægz][ɪn][ðə; ði]
Soak the prunes all night , and afterwards simmer to rags in the
浸泡 这 西梅 全部 夜晚 , 和 然后 煨 到 破布 在 这

将西梅干浸泡一整夜，然后用小火慢炖至软烂。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 66]
[页 -]

[第66页]

[seɪm] ['wɔːtə(r)] .
same water .
相同的 水 .

同样的水。

[streɪn] , [ænd; ənd]['fleɪvə(r)] [wɪð] ['lemən][dʒuːs] [ɪf] [dɪ'zaɪəd] .
Strain , and flavour with lemon juice if desired .
拉紧 , 和 味道 和 柠檬 汁 如果 想要的 .

过滤后，可根据个人口味加入柠檬汁调味。

[pə'teɪtəʊ] .
Potato .
土豆 .

土豆。

[ðə; ði][pə'teɪtəʊ][ɪz][ə; eɪ] [tʃiːp] [ænd; ənd] ['həʊmli] ['remədi] [ə'genst] [gaʊt] , ['skɜːvi] , [ænd; ənd] ['rɪkɪts] .
The potato is a cheap and homely remedy against gout , scurvy , and rickets .
这 土豆 是 一个 便宜的 和 家常的 补救 反对 痛风 , 坏血病 , 和 疳 .

土豆是一种廉价且家常的治疗痛风、坏血病和佝偻病的良方。

['dɑːktər; draɪv] . [læmb] [telz] [haʊ] [hiː; hi] [kjʊəd] [ə; eɪ] [keɪs] [ɒv; əv] ['skɜːvi] ['səʊlli] [wɪð] [rɔː] [pə'teɪtəʊz] .
Dr . Lambe tells how he cured a case of scurvy solely with raw potatoes .
博士 . 兰贝 讲述 如何 他 治愈 一个 案件 的 坏血病 仅 和 生的 土豆 .

兰贝医生讲述了他如何仅用生土豆治愈了一例坏血病。

[wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] ['feɪvərɪt] ['dɪʃɪz] [ɒv; əv] [ðæt] [gʊd] [əʊld]['dɒktə(r)][wɒz; wəz][ə; eɪ]['sæləd] [kəm'pəʊzd]
One of the favourite dishes of that good old doctor was a salad composed
一 的 这 最喜欢的 菜肴 的 那 好的 老的 医生 曾是 一个 沙拉 由
[ɒv; əv] [slaɪst] [rɔː] [pə'teɪtəʊz][ænd; ənd] ['ɒlɪv] [ɔɪl] .
of sliced raw potatoes and olive oil .
的 切片 生的 土豆 和 橄榄 油 .

那位和蔼的老医生最喜欢的菜肴之一是用切片生土豆和橄榄油做成的沙拉。

[ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [prɪ'zɜːv] [ðə; ði] [mə'dɪsɪnl] ['prɒpətiz] [ɒv; əv][pə'teɪtəʊz] [wen] [kʊkt] ,
In order to preserve the medicinal properties of potatoes when cooked ,
在 命令 到 保存 这 药用 特性 的 土豆 什么时候 煮熟 ,

为了在烹饪过程中保留土豆的药用特性，

[ðeɪ] [mʌst; məst] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [stiːmd] [ɪn] [ðeə(r)] ['dʒækɪts] .
they must always be steamed in their jackets .
他们 必须 总是 是 蒸 在 他们的 夹克 .

他们的外套必须始终用蒸汽熨烫。

[ðə; ði] [skɪn] [meɪ] [biː; bi] [rɪ'muːvd] [bɪ'fɔː(r)] ['iːtɪŋ] ,
The skin may be removed before eating ,
这 皮肤 可能 是 已移除 前 吃 ,

食用前可以去皮。

[bʌt; bət] [keə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['teɪkən] [nɒt] [tuː; tə] [ə'laʊ] [ə; eɪ] ['pɑːtɪk(ə)l] [ɒv; əv] [ðə; ði] [pə'teɪtəʊ] [tuː; tə]
but care should be taken not to allow a particle of the potato to
但 关心 应该 是 已采取 不是 到 允许 一个 粒子 的 这 土豆 到
[əd'hɪə(r)] [tuː; tə] [ˌaɪ 'tiː] .
adhere to it .
粘着 到 它 .

但要注意不要让土豆的碎屑粘附在上面。

[ðə; ði] ['væljuəb(ə)l] ['pɒtæʃ] [sɔːlts; sɒlts] ['tʃiːfli] [laɪ] [dʒʌst] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] [skɪn] .
The valuable potash salts chiefly lie just under the skin .
这 有价值的 钾肥 盐 主要 说谎 只是 在下面 这 皮肤 .

珍贵的钾盐主要存在于皮肤下方。

[ə; eɪ] [rɔː] [pə'teɪtəʊ] [skreɪpt] [ɔː(r)] ['paʊdəd] [tuː; tə] [ə; eɪ] [pʌlp] [ɪz] [æn; ən] ['eksələnt] ['remədi] [fɔː(r); fə(r)]
A raw potato scraped or powdered to a pulp is an excellent remedy for
一个 生的 土豆 刮擦 或者 粉末状 到 一个 纸浆 是 一个 出色的 补救 为了
[bɜːnz] [ænd; ənd] [skɔːldz] .
burns and scalds .
烧伤 和 烫伤 .

生土豆刮成泥或磨成粉末是治疗烧伤和烫伤的极佳良方。

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [ˌrekə'mendz] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [dɪ'kɒkʃn] [wɪð] [wɪtʃ] [tuː; tə] [beɪð] [ðə; ði]
Dr . Fernie recommends the following decoction with which to bathe the
博士 . 弗尼 建议 这 下列的 汤 和 哪个 到 洗澡 这
['swəʊlən] [ænd; ənd] [ɪn'fleɪmd] [dʒɔɪnts] [ɒv; əv] [ruː]
swollen and inflamed joints of rheu
肿 和 发炎的 关节 的 瑞乌

费尔尼医生建议用以下煎剂清洗风湿病患者肿胀发炎的关节。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 67]
[页 -]

[第67页]

['mætɪk] ['sʌfərə] .
matic sufferers .
机械 受害者 .

精神疾病患者。

[teɪk] [wʌn] ['el biː] .
Take 1 lb .
拿 1 磅 .

取1磅。

[pə'teɪtəʊz] , [kʌt] [iːtʃ] ['ɪntuː] [fɔː(r)] , [bʌt; bət] [duː; də] [nɒt] [piːl] [ðem; ðəm] .
potatoes , cut each into four , but do not peel them .
土豆 , 切 每个 进入 四 , 但 做 不是 果皮 他们 .

将土豆每个切成四块，但不要削皮。

[bɔɪl] [ɪn] [ˌtuː'tuː] [paɪnts] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] [ʌn'tɪl] [stjuːd] [daʊn] [tuː; tə] [wʌn] [paɪnt] .
Boil in 2 pints of water until stewed down to 1 pint .
熬 在 2 品脱 的 水 直到 炖 向下 到 1 品脱 .

用 2 品脱水煮沸，直至汤汁浓缩至 1 品脱。

[streɪn] , [ænd; ənd] [juːz] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] .
Strain , and use the liquid .
拉紧 , 和 使用 这 液体 .

过滤后使用滤液。

['iːt(ə)n] [tuː; tə] [ɪk'ses] [pə'teɪtəʊz] [ɑː(r); ə(r)] [æpt] [tuː; tə] [kɔːz] ['dʌlnəs] [ænd; ənd] ['leɪzinəs] .
Eaten to excess potatoes are apt to cause dullness and laziness .
吃 到 过量的 土豆 是 易于 到 原因 乏味 和 懒惰 .

过量食用土豆容易导致思维迟钝和懒惰。

['rædɪʃ] .
Radish .
萝卜 .

萝卜。

[ðə; ði] ['rædɪʃ] [ɪz] ['kɒmənli] ['saɪtɪd] [æz; əz] [ˌɪndɪ'dʒestəbl] ,
The radish is commonly cited as indigestible ,
这 萝卜 是 通常 引用 作为 难以消化的 ,

人们普遍认为萝卜难以消化。

[bʌt; bət] [fɔː(r); fə(r)] [ɔːl] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [kə'mend] [baɪ] [əʊld] ['raɪtər] [æz; əz] [ə; eɪ] ['pəʊt(ə)nt] ['remədi]
but for all that it is commended by old writers as a potent remedy
但 为了 全部 那 它 是 赞扬 经过 老的 作家 作为 一个 强效 补救
[fɔː(r); fə(r)] [stəʊn] .
for stone .
为了 石头 .

尽管如此，古代作家们仍然称赞它是治疗结石的有效良药。

[ɪf] [nɒt] [tuː] [əʊld] , [wel] ['mæstɪkeɪtɪd] , [ænd; ənd] ['iːt(ə)n] [æt; ət] [ðə; ði] [bɪ'gɪnɪŋ] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [miːl] ,
If not too old , well masticated , and eaten at the beginning of a meal ,
如果 不是 也 老的 , 出色地 咀嚼过的 , 和 吃 在 这 开始 的 一个 一顿饭 ,

如果不太陈旧，充分咀嚼，并在用餐开始时食用，

[ai] [duː; də] [nɒt] [θɪŋk] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [mɔː(r)] [ˌɪndɪ'dʒestəbl] [ðæn; ðən] [ðə; ði] [mə'dʒɒrəti] [ɒv; əv] ['vedʒtəb(ə)lz] .
I do not think it is more indigestible than the majority of vegetables .
我 做 不是 思考 它 是 更多的 难以消化的 比 这 多数 的 蔬菜 .

我不认为它比大多数蔬菜更难消化。

[ə; eɪ] ['sɪrəp] [meɪd] [wɪð] [ðə; ði] [dʒuːs] [ɪk'sprest] [frɒm; frəm] ['paʊndɪd] ['rædɪʃɪz] [ænd; ənd] [keɪn] ['ʃʊgə(r)]
A syrup made with the juice expressed from pounded radishes and cane sugar
一个 糖浆 制成 和 这 汁 表达 从 猛击 萝卜 和 甘蔗 糖
[ɪz] [ˌrekə'mendɪd] [fɔː(r); fə(r)] ['ruːmətɪzəm] ,
is recommended for rheumatism ,
是 受到推崇的 为了 风湿病 ,

用捣碎的萝卜榨出的汁液和蔗糖制成的糖浆推荐用于治疗风湿病。

['brɒŋkiəl] ['trʌb(ə)lz] , ['wuːpɪŋ] - [kɒf] , [ænd; ənd] ['pʌstʃələr] [ɪ'rʌpʃənz] .
bronchial troubles , whooping - cough , and pustular eruptions .
支气管 麻烦 , 欢呼 - 咳嗽 , 和 脓疱 喷发 .

支气管疾病、百日咳和脓疱疹。

['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] [nəʊts] [ðæt] [ðə; ði] [blæk] ['rædɪʃ] [ɪz] [ɪ'speʃəli] ['juːsf(ə)l] [ə'genst] ['wuːpɪŋ] -
Dr . Fernie notes that the black radish is especially useful against whooping -
博士 . 弗尼 笔记 那 这 黑色的 萝卜 是 尤其 有用 反对 欢呼 -
[kɒf] ,
cough ,
咳嗽 ,

费尔尼博士指出，黑萝卜对治疗百日咳尤其有效。

['prɒbəbli] [baɪ] ['riːz(ə)n] [ɒv; əv] [ɪts] ['vɒlətaɪl] , ['sʌlfjʊret] [ɔɪl] .
probably by reason of its volatile , sulphureted oil .
大概 经过 原因 的 它是 易挥发的 , 硫化 油 .

可能是由于其易挥发的含硫石油所致。

" [ˌaɪ 'tiː]
" It
" 它

“它

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 68]
[页 -]

[第68页]

[ɪz] [ɪm'plɔɪd] [ɪn] ['dʒɜːməni] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] [baɪ] ['kʌtɪŋ] [ɒf] [ðə; ði] [tɒp] ,
is employed in Germany for this purpose by cutting off the top ,
是 受雇 在 德国 为了 这 目的 经过 切割 离开 这 顶部 ,

德国人就是通过切掉顶部来达到这个目的的。

[ænd; ənd] [ðen] ['meɪkɪŋ] [ə; eɪ] [həʊl] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] [ruːt] , [wɪtʃ] [həʊl] [ɪz] [fɪld] [wɪð] ['triːkl] ,
and then making a hole within the root , which hole is filled with treacle ,
和 然后 制作 一个 洞 之内 这 根 , 哪个 洞 是 已填 和 糖浆 ,

然后在根部挖个洞，把洞填满糖浆。

[ɔː(r)] ['hʌni] , [ænd; ənd] [ə'laʊd] [tuː; tə] [stænd] [ðʌs] [fɔː(r); fə(r)] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [deɪz] ;
or honey , and allowed to stand thus for two or three days ;
或者 蜂蜜 , 和 允许 到 站立 因此 为了 二 或者 三 天 ;

或者用蜂蜜腌制，静置两三天；

['ɑːftəwədz] [ə; eɪ] ['tiːspuːnfʊl] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['medɪkeɪtɪd] ['lɪkwɪd] [ɪz] [tuː; tə] [biː; bi] ['gɪv(ə)n] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [taɪmz] [ɪn] [ðə; ði] [deɪ] ,
afterwards a teaspoonful of the medicated liquid is to be given two or three times in the day ,
然后 一个 一茶匙 的 这 药 液体 是 到 是 给定 二 或者 三 时代 在 这 天 ,

之后，每天服用两到三次，每次一茶匙的药液。

[wɪð] [ə; eɪ] [dɪ'zɜːtˌspuːnfʊl] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] , [wen] [rɪ'kwaɪəd] .
with a dessertspoonful of water , when required .
和 一个 甜点勺 的 水 , 什么时候 必需的 .

必要时可加入一茶匙水。

" [ai] [ˌeɪ 'em] [nɒt] [ə'kweɪntɪd] [wɪð] [ðə; ði] " [blæk] ['rædɪʃ] , " [bʌt; bət] ['mʌðəz] [mait] [duː; də] [wɜːs] ,
" I am not acquainted with the " black radish , " but mothers might do worse ,
" 我 是 不是 熟人 和 这 " 黑色的 萝卜 , " 但 母亲们 可能 做 更糟 ,

“我不认识‘黑萝卜’，但母亲们可能会做得更糟。”

[ɪn] [keɪsɪz] [ɒv; əv] ['wuːpɪŋ] - [kɒf] , [ðæn; ðən] [gɪv] [ðeə(r)] ['tʃɪldrən] [ðə; ði] [dʒuːs] [ɒv; əv] ['paʊndɪd] ['rædɪʃɪz] [mɪkst] [wɪð] [pjʊə(r)] ['hʌni] .
in cases of whooping - cough , than give their children the juice of pounded radishes mixed with pure honey .
在 案例 的 欢呼 - 咳嗽 , 比 给 他们的 孩子们 这 汁 的 猛击 萝卜 混合 和 纯的 蜂蜜 .

如果孩子患有百日咳，就给他们喝捣碎的萝卜汁，并加入纯蜂蜜。

['rɑːzbəri] .
Raspberry .
覆盆子 .

覆盆子。

['rɑːzbəriz] [ɑː(r); ə(r)] ['eksələnt] [ə'genst] [ðə; ði] ['skɜːvi] , [ænd; ənd] , [laɪk] [ðə; ði] ['blækbəri] , [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] [rɪ'lækst] ['baʊəlz] .
Raspberries are excellent against the scurvy , and , like the blackberry , good for relaxed bowels .
覆盆子 是 出色的 反对 这 坏血病 , 和 , 喜欢 这 黑莓 , 好的 为了 轻松 肠道 .

覆盆子对坏血病有很好的疗效，而且和黑莓一样，有助于放松肠道。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ] ['veri] ['həʊlsəm] [fruːt] ,
They are a very wholesome fruit ,
他们 是 一个 非常 健康 水果 ,

它们是一种非常有益健康的水果。

[ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['gɪv(ə)n][tuː; tə] [ðəʊz] [huː] [hæv; həv] " [wiːk] [ænd; ənd] ['kwiːzi] ['stʌməks] .
and should be given to those who have " weak and queasy stomachs .
和 应该 是 给定 到 那些 WHO 有 " 虚弱的 和 恶心 胃 .

应该给那些"肠胃虚弱、容易恶心"的人食用。

" [raɪs] .
" Rice .
" 米 .

"米。

[ðə; ði] [tʃiːf] [mə'dɪsɪnl] ['væljuː][ɒv; əv][raɪs] [laɪz][ɪn][ðə; ði] ['kwɪknəs] [wɪð] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]
The chief medicinal value of rice lies in the quickness with which it is
这 首席 药用 价值 的 米 谎言 在 这 速度 和 哪个 它 是

大米的主要药用价值在于其快速吸收

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 69]
[页 -]

[第69页]

[daɪ'dʒestɪd] .
digested .
消化 .

已消化。

[wʌn] [ɔː'θɒrəti] [sez] [ðæt] " [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi]['teɪkən][fɔː(r)] [taɪmz] [ə; eɪ] [deɪ] [ænd; ənd][ðə; ði]
One authority says that " it can be taken four times a day and the
一 权威 说道 那 " 它 能 是 已采取 四 时代 一个 天 和 这
['peɪʃ(ə)nt] [stɪl] [get] ['twenti] ['aʊəz] - [rest] .
patient still get twenty hours ' rest .
病人 仍然 得到 二十 小时 - 休息 .

一位权威人士表示，"一天服用四次，病人仍然可以获得二十小时的休息时间。

" [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['kɒnsɪkwəntli] [ɒv; əv] [greɪt] ['væljuː][ɪn][daɪ'dʒestɪv][ænd; ənd] [ˌɪn'testɪnəl] ['trʌb(ə)lz] .
" It is consequently of great value in digestive and intestinal troubles .
" 它 是 最后 的 伟大的 价值 在 消化 和 肠 麻烦 .

因此，它对消化和肠道疾病具有很大的价值。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ʌn'pɒlɪʃt] , ['ʌðəwaɪz] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][æn; ən] [ɪl] - ['bælənst] , [dɪ'fɪʃ(ə)nt]
But it should be unpolished , otherwise it is an ill - balanced , deficient
但 它 应该 是 未经打磨的 , 否则 它 是 一个 患病的 - 均衡 , 不足
[fuːd] .
food .
食物 .

但它应该未经加工，否则就是一种营养不均衡、缺乏营养的食物。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] ['laɪkwaɪz] [biː; bi] [bɔɪld] [ɪn]['əʊnli][dʒʌst] [ɪ'nʌf] [sɒft] ['wɔːtə(r)][tuː; tə][biː; bi] [əb'zɔːbd]
It should likewise be boiled in only just enough soft water to be absorbed
它 应该 同样地 是 煮沸 在 仅有的 只是 足够的 柔软的 水 到 是 吸收
['djʊərɪŋ][ðə; ði] ['kʊkɪŋ] .
during the cooking .
期间 这 烹饪 .

同样，煮沸时只需加入刚好能被烹饪过程中吸收的软水即可。

[wʌn] [kʌp] [ɒv; əv] [raɪs] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [pʊt] [ɒn] [ɪn] [ə; eɪ] ['dʌb(ə)l] ['sɔːspən] [wɪð] [θriː] [kʌps] [ɒv; əv] [kəʊld]
One cup of rice should be put on in a double saucepan with three cups of cold
一 杯子 的 米 应该 是 放 在 在 一个 双倍的 平底锅 和 三 杯子 的 寒冷的
['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] ['taɪtli] ['kʌvəd] .
water and tightly covered .
水 和 紧紧 涵盖 .

将一杯米放入双层锅中，加入三杯冷水，盖紧锅盖。

[wen] [ðə; ði] ['wɔːtə(r)] [ɪz] [ɔːl] [əb'zɔːbd] [ðə; ði] [raɪs] [wɪl] [biː; bi] [kʊkt] .
When the water is all absorbed the rice will be cooked .
什么时候 这 水 是 全部 吸收 这 米 将要 是 煮熟 .

当水分完全被吸收后，米饭就煮熟了。

[ðə; ði] [lɑːdʒ] - [greɪnd] , [ʌn'pɒlɪʃt] [raɪs] [səʊld] [æt; ət] " [fuːd] - [rɪ'fɔːm] " [stɔːz] [æt; ət] 3d .
The large - grained , unpolished rice sold at " Food - Reform " stores at 3d .
这 大的 - 颗粒状 , 未经打磨的 米 卖 在 " 食物 - 改革 " 商店 在 3d .

在“食品改革”商店以 3d 的价格出售的大粒未精米。

[pə(r)] ['el biː] .
per lb .
每 磅 .

每磅

[əb'zɔːbs] [ðə; ði] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [kʊks] [mʌtʃ] [mɔː(r)] ['iːzəli] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [smɔːlə(r)] [və'raɪəti] [səʊld]
absorbs the water and cooks much more easily than a smaller variety sold
吸收 这 水 和 厨师 很多 更多的 容易地 比 一个 较小的 种类 卖
[æt; ət] 2d .
at 2d .
在 2d .

它比售价 2d 的小品种更容易吸水和煮熟。

[ai] [hæv; həv] [faʊnd] [ðə; ði] ['lætə(r)] [məʊst] [ˌʌnˌsætɪs'fæktəri] .
I have found the latter most unsatisfactory .
我 有 成立 这 后者 最多 不令人满意 .

我认为后者最不令人满意。

['ruːbɑːb] .
Rhubarb .
大黄 .

大黄。

['ruːbɑːb] [ɪz] [ə; eɪ] ['həʊlsəm] [ænd; ənd] ['kuːlɪŋ] [sprɪŋ] ['vedʒtəb(ə)l] ,
Rhubarb is a wholesome and cooling spring vegetable ,
大黄 是 一个 健康 和 冷却 春天 蔬菜 ,

大黄是一种营养丰富、清凉解暑的春季蔬菜。

[ænd; ənd] [meɪ] [wel] [teɪk] [ðə; ði] [pleɪs] [ɒv; əv] [kʊkt] [fruːt] [wen] [ðə; ði] ['lætə(r)] [ɪz] [skeəs] .
and may well take the place of cooked fruit when the latter is scarce .
和 可能 出色地 拿 这 地方 的 煮熟 水果 什么时候 这 后者 是 稀少 .

当熟水果稀缺时，它完全可以代替熟水果。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['dʒen(ə)rəli]
But it is generally
但 它 是 一般来说

但通常

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 70]
[页 -]

[第70页]

[fə'bɪd(ə)n] [tuː; tə] [ru'mætɪk] [ænd; ənd] ['gaʊti] ['peɪʃ(ə)nts][ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ɪts][ɒk'sælɪk]['æsɪd] .
forbidden to rheumatic and gouty patients on account of its oxalic acid .
禁止 到 风湿病 和 痛风 患者 在 帐户 的 它是 草酸 酸 .

由于含有草酸，风湿病和痛风患者禁用。

[ðɪs] [ɒk'sælɪk]['æsɪd][ɪz][sə'pəʊzd; sə'pəʊzɪd][tuː; tə] [kəm'baɪn] [wɪð] [ðə; ði][laɪm][ɪn][ðə; ði] [blʌd] [ɒv; əv][ðə; ði] ['gaʊti] ['pɜːs(ə)n] ,
This oxalic acid is supposed to combine with the lime in the blood of the gouty person ,
这 草酸 酸 是 据称 到 结合 和 这 酸橙 在 这 血 的 这 痛风 人 ,

这种草酸应该会与痛风患者血液中的石灰质结合。

[ænd; ənd][tuː; tə] [fɔːm] ['krɪstlz] [ɒv; əv]['ɒksəˌleɪt][ɒv; əv] [laɪm] , [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [ɪ'lɪmɪneɪtɪd] [baɪ][ðə; ði] ['kɪdniz] .
and to form crystals of oxalate of lime , which are eliminated by the kidneys .
和 到 形式 晶体 的 草酸盐 的 酸橙 , 哪个 是 已淘汰 经过 这 肾脏 .

并形成草酸钙结晶，这些结晶通过肾脏排出体外。

[æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ðə; ði]['dʒen(ə)rəl] [helθ] ['sʌfə] .
At the same time the general health suffers .
在 这 相同的 时间 这 一般的 健康 遭受 .

与此同时，整体健康状况也会受到影响。

" ['dɑːktər; draɪv] . [praʊt] , " [raɪts] ['dɑːktər; draɪv] . ['fɜːrni] ,
" Dr . Prout , " writes Dr . Fernie ,
" 博士 . 普劳特 , " 写 博士 . 弗尼 ,

"普劳特博士,"费尔尼博士写道,

" [sez] [hiː; hi][hæz; həz] [siːn] [wel] - [mɑːkt] ['ɪnstənsɪz] [ɪn] [wɪtʃ] [æn; ən]['ɒksəˌleɪt][ɒv; əv] [laɪm] ['kɪdni] [ə'tæk] [hæz; həz] ['fɒləʊd] [ðə; ði][juːz][ɒv; əv]['gɑːd(ə)n] ['ruːbɑːb] [ɪn][ə; eɪ] [tɑːt] [ɔː(r)] ['pʊdɪŋ] ,
" says he has seen well - marked instances in which an oxalate of lime kidney attack has followed the use of garden rhubarb in a tart or pudding ,
" 说道 他 有 已见 出色地 - 标记 实例 在 哪个 一个 草酸盐 的 酸橙 肾 攻击 有 随后 这 使用 的 花园 大黄 在 一个 酸 或者 布丁 ,

"他说他见过一些明显的案例，在这些案例中，食用含有花园大黄的馅饼或布丁后，出现了草酸钙肾病发作。"

['laɪkwaɪz] [ɒv; əv] ['sɒrəl] [ɪn][ə; eɪ]['sæləd] ,
likewise of sorrel in a salad ,
同样地 的 酢浆草 在 一个 沙拉 ,

同样，沙拉里的酸模也一样。

[pə'tɪkjələli] [wen] [æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt][hæz; həz] [biːn] ['drɪŋkɪŋ] [hɑːd] ['wɔːtə(r)] .
particularly when at the same time the patient has been drinking hard water .
特别 什么时候 在 这 相同的 时间 这 病人 有 到过 喝 难的 水 .

尤其是当患者同时饮用硬水时。

[bʌt; bət] ['kemɪsts] [ɪk'spleɪn] [ðæt] ['ɔksəleit] [meɪ] [biː; bi] [ɪk'skriːtɪd] [ɪn][ðə; ði]['jʊərɪn] [wɪ'ðaʊt] ['hævɪŋ] [ˌnesə'serəli] [biːn] [ə; eɪ] [kən'stɪtʃuənt] ,
But chemists explain that oxalates may be excreted in the urine without having necessarily been a constituent ,
但 化学家 解释 那 草酸盐 可能 是 排泄物 在 这 尿 没有 拥有 一定 到过 一个 组分 ,

但化学家解释说，草酸盐可能随尿液排出体外，而它未必是尿液的组成成分。

[æz; əz] [sʌtʃ] , [ɒv; əv]['vedʒtəb(ə)l][ɔː(r)]['ʌðə(r)] [fuːdz] ['teɪkən][æt; ət]['teɪb(ə)l] , ['siːɪŋ] [ðæt] ['sɪtrɪk] , ['mælɪk] ,
as such , of vegetable or other foods taken at table , seeing that citric , malic ,
作为 这样的 , 的 蔬菜 或者 其他 食物 已采取 在 桌子 , 看到 那 柠檬酸 , 恶意 ,

因此，就餐桌上食用的蔬菜或其他食物而言，考虑到柠檬酸、苹果酸，

[ænd; ənd]['ʌðə(r)][ɔː'gænɪk]['æsɪd] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [faʊnd] [dɪ'strɪbjuːtɪd; 'dɪstrɪbjuːtɪd] [θruː'aʊt] [ðə; ði]
and other organic acids which are found distributed throughout the
和 其他 有机的 酸 哪个 是 成立 分布式 自始至终 这
['vedʒtəb(ə)l] [wɜːld] [ɑː(r); ə(r)]['laɪəb(ə)l][tuː; tə]['kemɪk(ə)l] [kən'vɜːʃ(ə)n] ['ɪntuː][ɒk'sælɪk]['æsɪd] [θruː] [ə; eɪ]
vegetable world are liable to chemical conversion into oxalic acid through a
蔬菜 世界 是 容易 到 化学 转换 进入 草酸 酸 通过 一个
[ˌfɜːmen'teɪʃ(ə)n] [ɔː(r)] [pə'vɜːtɪd] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] .
fermentation or perverted digestion .
发酵 或者 变态 消化 .

植物界中分布的其他有机酸，也容易通过发酵或异常消化转化为草酸。

" [ai] [θɪŋk] [ðə; ði]['mɒrəl][ɒv; əv][ðə; ði] [ə'bʌv]
" I think the moral of the above
" 我 思考 这 道德 的 这 多于

我认为以上内容的寓意是……

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 71]
[页 -]

[第71页]

[ɪz] : " [duː; də][nɒt] [drɪŋk] [hɑːd] ['wɔːtə(r)] .
is : " Do not drink hard water .
是 : " 做 不是 喝 难的 水 .

是："不要喝硬水。

" [ɪ'speʃəli] [duː; də][nɒt] [kʊk] [fruːt] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz][ɪn] [hɑːd] ['wɔːtə(r)] .
" Especially do not cook fruit and vegetables in hard water .
" 尤其 做 不是 厨师 水果 和 蔬菜 在 难的 水 .

"尤其不要用硬水煮水果和蔬菜。"

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['nɪəli] ['ɔːlweɪz] ['rendəd] [ˌɪndɪ'dʒestəbl][baɪ] [sʌtʃ] [ə; eɪ]['prəʊses] , [ænd; ənd] "
They are nearly always rendered indigestible by such a process , and "
他们 是 几乎 总是 渲染 难以消化的 经过 这样的 一个 过程 , 和 "
[ˌvedʒə'teəriənɪzəm] , " [nɒt] [ðə; ði] [hɑːd] ['wɔːtə(r)] ,
vegetarianism , " not the hard water ,
素食主义 , " 不是 这 难的 水 ,

经过这样的处理，它们几乎总是变得难以消化，而"素食主义"，而不是硬水，

[ɪz]['ɒf(ə)n] [bleɪmd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['sʌfərɪŋz] [ɒv; əv][ðə; ði] [kən'sjuːməz] .
is often blamed for the sufferings of the consumers .
是 经常 被指责 为了 这 苦难 的 这 消费者 .

常常被指责为消费者遭受痛苦的罪魁祸首。

['ruːbɑːb] [ɪz][æpt][tuː; tə][biː; bi]['əʊvə(r)] - ['væljuːd][æz; əz][ə; eɪ] " [sprɪŋ] ['medsn; 'medɪsn] " [ɒn] [ə'kaʊnt]
Rhubarb is apt to be over - valued as a " spring medicine " on account
大黄 是 易于 到 是 超过 - 有价值的 作为 一个 " 春天 药品 " 在 帐户
[ɒv; əv][ɪts][əˌsəʊsi'eɪʃn; əˌsəʊʃi'eɪʃn] [wɪð] [ðə; ði] ['tɜːki] ['ruːbɑːb] [ɒv; əv][mə'tɪəriə]['mɛdɪkə] .
of its association with the Turkey rhubarb of materia medica .
的 它是 协会 和 这 火鸡 大黄 的 物质 医学 .

由于大黄与药材中的土耳其大黄有关，因此它作为"春季药物"的价值可能被过分高估了。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['θʌrəli] [raɪp] [bɪ'fɔː(r)] ['iːtɪŋ] .
It should be thoroughly ripe before eating .
它 应该 是 彻底 成熟 前 吃 .

必须完全成熟才能食用。

[ai][ˌeɪ 'em][nɒt] [ˌrekə'mendɪŋ] ['tɜːki] ['ruːbɑːb] .
I am not recommending Turkey rhubarb .
我 是 不是 推荐 火鸡 大黄 .

我不推荐土耳其大黄。

[seɪdʒ] .
Sage .
圣人 .

圣人。

[seɪdʒ][ɪz] [sed] [tuː; tə] [prə'məʊt] [lɒn'dʒevəti] , [tuː; tə] ['kwɪkən] [ðə; ði] ['sensɪz] [ænd; ənd] ['meməri] , [ænd; ənd]
Sage is said to promote longevity , to quicken the senses and memory , and
圣人 是 说 到 推动 长寿 , 到 加速 这 感官 和 记忆 , 和
[tuː; tə] ['streŋ(k)θn] [ðə; ði] [nɜːvz] .
to strengthen the nerves .
到 加强 这 神经 .

据说鼠尾草能延年益寿，增强感官和记忆力，并强健神经。

[seɪdʒ] [tiː] [ɪz] [ˌrekə'mendɪd] [fɔː(r); fə(r)] ['pʌlmənəri] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)] [ɪk'sesɪv]
Sage tea is recommended for pulmonary consumption and for excessive
圣人 茶 是 受到推崇的 为了 肺部 消耗 和 为了 过多的
[ˌpɜːspə'reɪʃn] [ɒv; əv][ðə; ði] [fiːt] .
perspiration of the feet .
汗 的 这 脚 .

鼠尾草茶推荐用于治疗肺部疾病和脚部多汗症。

[ə; eɪ] ['tiːspuːnfʊl] [ɒv; əv] [draɪd] [seɪdʒ] , [ɔː(r)]['rɑːðə(r)][mɔː(r)] [ɪf] [ðə; ði] [freʃ] [liːvz] [biː; bi] [juːst] ,
A teaspoonful of dried sage , or rather more if the fresh leaves be used ,
一个 一茶匙 的 干燥 圣人 , 或者 相当 更多的 如果 这 新鲜的 树叶 是 用过的 ,

一茶匙干鼠尾草，如果用新鲜叶子的话，则需要更多一些。

[ɪz] [stiːpt] [ɪn][hɑːf][ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv]
is steeped in half a pint of
是 浸泡 在 一半 一个 品脱 的

浸泡在半品脱的

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 72]
[页 -]

[第72页]

['wɔːtə(r)][fɔː(r); fə(r)] ['twenti] - [fɔː(r)] ['aʊəz] .
water for twenty - four hours .
水 为了 二十 - 四 小时 .

水浸泡24小时。

[ə; eɪ] ['tiːkʌpˌfʊl] [ɪz][tuː; tə][biː; bi]['teɪkən] [naɪt] [ænd; ənd] ['mɔːnɪŋ] .
A teacupful is to be taken night and morning .
一个 一杯茶 是 到 是 已采取 夜晚 和 早晨 .

早晚各服用一杯茶。

[seɪdʒ] , [laɪk] [səʊ] ['meni] [ɒv; əv][ðə; ði]['freɪgrənt] [hɜːbs] , [ɪz][ˌænti'septɪk] .
Sage , like so many of the fragrant herbs , is antiseptic .
圣人 , 喜欢 所以 许多 的 这 香 草药 , 是 防腐剂 .

鼠尾草和许多其他芳香草药一样，具有抗菌作用。

['strɔːbəri] .
Strawberry .
草莓 .

草莓。

[ðə; ði] ['strɔːbəri] [ɪz] [ɪk'sepʃənəli] ['həʊlsəm] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ɪts] ['biːɪŋ] [səʊ] ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd] .
The strawberry is exceptionally wholesome on account of its being so easily digested .
这 草莓 是 非常 健康 在 帐户 的 它是 存在 所以 容易地 消化 .

草莓非常有营养，因为它极易消化。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ˌrekə'mendɪd] [fɔː(r); fə(r)] [gaʊt] , ['ruːmətɪzəm] , [ænd; ənd][ðə; ði] [stəʊn] .
It is recommended for gout , rheumatism , and the stone .
它 是 受到推崇的 为了 痛风 , 风湿病 , 和 这 石头 .

它推荐用于治疗痛风、风湿病和肾结石。

['ɔːlsəʊ][fɔː(r); fə(r)] ['peɪʃ(ə)nts][ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ðə; ði]['aɪən][ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] .
Also for anæmic patients on account of the iron it contains .
还 为了 贫血 患者 在 帐户 的 这 铁 它 包含 .

此外，由于它含有铁，因此也适用于贫血患者。

[eɪtʃ] . - , [em] . [biː] . , [əd'vaɪzɪz] [g'ɜːlz][tuː; tə] [teɪk] [wʌn] [kwɔːt] [ɒv; əv] ['strɔːb(ə)riz] [pə(r)] [deɪ] ,
H . Benjafield , M . B . , advises anæmic girls to take 1 quart of strawberries per day ,
H . - , M . B . , 建议 贫血 女孩们 到 拿 1 夸脱 的 草莓 每 天 ,

H. Benjafield，医学博士，建议贫血女孩每天食用1夸脱草莓。

[ænd; ənd] [wen] [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [əb'teɪnəb(ə)l] ['sevrəl] [raɪp] [bə'nɑːnəz] .
and when these are not obtainable several ripe bananas .
和 什么时候 这些 是 不是 可获得 一些 成熟 香蕉 .

如果买不到这些，就用几根熟透的香蕉代替。

['spɪnɪtʃ] .
Spinach .
菠菜 .

菠菜。

[prə'fesə(r)] [bʌndʒ] [dɪ'kleəd] [ðæt] ['aɪən][ʃʊd; ʃəd]['nevə(r)][biː; bi]['teɪkən][ɪn][ɪts] ['mɪnərəl] [fɔːm] ,
Professor Bunge declared that iron should never be taken in its mineral form ,
教授 邦吉 声明 那 铁 应该 绝不 是 已采取 在 它是 矿物 形式 ,

邦格教授宣称，铁绝对不能以矿物形式服用。

[bʌt; bət] [ðæt] [ðəʊz] [huː] [ɑː(r); ə(r)][ɪn] [niːd] [ɒv; əv][æn; ən]['aɪən]['tɒnɪk][ʃʊd; ʃəd] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː][æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [ɪg'zɪsts][ɪn]['vedʒtəb(ə)lz][ænd; ənd] [fruːt] .
but that those who are in need of an iron tonic should take it as it exists in vegetables and fruit .
但 那 那些 WHO 是 在 需要 的 一个 铁 补品 应该 拿 它 作为 它 存在 在 蔬菜 和 水果 .

但需要补充铁质的人应该从蔬菜和水果中摄取铁。

[tuː; tə] [ðɪs] [end] [hiː; hi] [ɪ'speʃəli] [kə'mend] ['spɪnɪtʃ] .
To this end he especially commends spinach .
到 这 结尾 他 尤其 赞扬 菠菜 .

为此，他特别推荐菠菜。

['dɑːktər; draɪv] . [lʌf] [pʊts] ['spɪnɪtʃ] [fɜːst][ɒn][ə; eɪ][lɪst]
Dr . Luff puts spinach first on a list
博士 . 卢夫 放置 菠菜 第一的 在 一个 列表

卢夫博士将菠菜列为首选食物

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 73]
[页 -]

[第73页]

[ɒv; əv]['vedʒtəb(ə)lz] [ˌrekə'mendɪd] [tuː; tə] [ðəʊz] [huː] ['sʌfə(r)][frɒm; frəm] ['gaʊti] ['tendənsiz] .
of vegetables recommended to those who suffer from gouty tendencies .
的 蔬菜 受到推崇的 到 那些 WHO 遭受 从 痛风 倾向 .

推荐给有痛风倾向的人食用的蔬菜。

['spɪnɪtʃ] [ɪz] ['veri] ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd] ,
Spinach is very easily digested ,
菠菜 是 非常 容易地 消化 ,

菠菜很容易消化，

[ænd; ənd][səʊ]['dʒuːsi] [ðæt] [nəʊ] ['ædɪd] ['wɔːtə(r)][ɪz] ['niːdɪd] [ɪn] [wɪtʃ] [tuː; tə] [kʊk] [ˌaɪ 'tiː] .
and so juicy that no added water is needed in which to cook it .
和 所以 多汁的 那 不 额外 水 是 需要 在 哪个 到 厨师 它 .

而且汁水非常丰富，烹饪时无需额外加水。

[tə'mɑːtəʊ] .
Tomato .
番茄 .

番茄。

[ðə; ði][tə'mɑːtəʊ] , [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][æn; ən] [ə'merɪkən] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,
The tomato , according to an American physician ,
这 番茄 , 根据 到 一个 美国人 医生 ,

据一位美国医生称，番茄

[ɪz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði][məʊst] ['paʊəf(ə)l] [dɪ'ɒbstrʊənt] ([rɪ'muːvə(r)][ɒv; əv] [dɪ'ziːz] ['pɑːtɪk(ə)lz] ,
is one of the most powerful deobstruents (remover of disease particles ,
是 一 的 这 最多 强大的 通畅剂 (去除剂 的 疾病 颗粒 ,

是最有效的通便剂之一（疾病颗粒清除剂），

[ænd; ənd]['əʊpənə(r)][ɒv; əv][ðə; ði]['nætʃ(ə)rəl] ['tʃæn(ə)lz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi]) [ɒv; əv][ðə; ði][mə'tɪəriə]
and opener of the natural channels of the body) of the materia
和 开球 的 这 自然的 频道 的 这 身体) 的 这 物质
['mɛdɪkə] .
medica .
医学 .

（药物学中的"以及人体自然通道的开启者"）

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [juːst] [ɪn][ɔːl] [ə'fekʃən] [ɒv; əv][ðə; ði]['lɪvə(r)] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [weə(r)] ['kæləmel]
It should be used in all affections of the liver , etc . , where calomel
它 应该 是 用过的 在 全部 情感 的 这 肝 , ETC . , 在哪里 甘汞
[ɪz]['ɪndəˌkeɪtɪd] .
is indicated .
是 表明的 .

它适用于所有肝脏疾病等需要使用甘汞的疾病。

[ðə; ði] [ˌsuːpə'stɪʃ(ə)n] [ðæt] [tə'mɑːtəʊz][ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ] [kɔːz] [ɒv; əv]['kænsə(r)][ɪz] ['æbsəluːtli] [wɪ'ðaʊt]
The superstition that tomatoes are a cause of cancer is absolutely without
这 迷信 那 西红柿 是 一个 原因 的 癌症 是 绝对地 没有
[faʊn'deɪʃ(ə)n] .
foundation .
基础 .

认为西红柿会导致癌症的说法完全是无稽之谈。

[ˌvedʒə'teəriən]['kænsə(r)]['peɪʃ(ə)nts] [huː] [hæv; həv] [rɪ'kʌvəd] ['ɑːftə(r)] ['biːɪŋ] ['gɪv(ə)n] [ʌp] [æz; əz] "
Vegetarian cancer patients who have recovered after being given up as "
素食 癌症 患者 WHO 有 恢复 后 存在 给定 向上 作为 "
['həʊpləs] " [baɪ][ðə; ði] ['ɔːθədɒks] ['fæk(ə)lti] [iːt] [tə'mɑːtəʊz] ['friːli] .
hopeless " by the orthodox faculty eat tomatoes freely .
绝望 " 经过 这 正统 学院 吃 西红柿 自由 .

被正统医学界认为"无望"的素食癌症患者，在康复后可以自由地食用西红柿。

[ə'nʌðə(r)] [bɪ'liːf] , ['strɒŋli] [sə'pɔːrtɪd] [baɪ][sʌm; səm] ['ʌðəwaɪz] " [əd'vɑːnst] " [ˌsaɪən'tɪfɪk] [men] ,
Another belief , strongly supported by some otherwise " advanced " scientific men ,
其他 信仰 , 强烈 有 经过 一些 否则 " 先进的 " 科学 男人 ,

另一种观点，也得到了某些其他方面"先进"的科学家的强烈支持，

[ɪz] [ðæt] [tə'mɑːtəʊz] [ɑː(r); ə(r)] [bæd] [fɔː(r); fə(r)] [ðəʊz] [huː] ['sʌfə(r)] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] ['tendənsi] [tuː; tə] [gaʊt] ,
is that tomatoes are bad for those who suffer from a tendency to gout ,
是 那 西红柿 是 坏的 为了 那些 WHO 遭受 从 一个 趋势 到 痛风 ,

番茄对有痛风倾向的人来说不好。

[ɔː(r)] ['jʊərɪk] ['æsɪd] [dɪ'ziːz] .
or uric acid disease .
或者 尿酸 酸 疾病 .

或尿酸疾病。

[bʌt; bət] [ðɪs] [hæz; həz] [biːn] ['kɒntrə]
But this has been contra
但 这 有 到过 相反

但这却与事实相反

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 74]
[页 -]

[第74页]

[dɪktɪd] [baɪ] ['ʌðə(r)z] .
dicted by others .
字典 经过 其他的 .

由他人决定。

[ðə; ði] ['iːv(ə)l] ['eɪdʒənsi] [ɪn] [ðə; ði] [tə'mɑːtəʊ] [ɪz] [sə'pəʊzd; sə'pəʊzɪd] [tuː; tə] [biː; bi] [ðə; ði] [ɒk'sælɪk] [sɔːlt] [wɪtʃ]
The evil agency in the tomato is supposed to be the oxalic salt which
这 邪恶的 机构 在 这 番茄 是 据称 到 是 这 草酸 盐 哪个
[ˌaɪ 'tiː] [ʌn'daʊtɪdli] [kən'teɪnz] .
it undoubtedly contains .
它 无疑 包含 .

番茄中的有害物质被认为是其中所含的草酸盐。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [biːn] [ʃəʊn] [baɪ] [ɪk'sperɪmənt] [haʊ] ['sɜːt(ə)n] ['kemɪk(ə)l] ['kɑːmpaʊndz; kəm'paʊndz]
But it has been shown by experiment how certain chemical compounds
但 它 有 到过 所示 经过 实验 如何 肯定 化学 化合物
[æz; əz] [əb'teɪnd] [frɒm; frəm] [plɑːnts] [ækt] [kwaɪt] ['dɪfrəntli] [tuː; tə] [ðə; ði] [seɪm] ['kɑːmpaʊndz; kəm'paʊndz]
as obtained from plants act quite differently to the same compounds
作为 获得 从 植物 行为 相当 不同 到 这 相同的 化合物
[ˌɑːtɪ'fɪʃəli] [prɪ'peəd] [ɪn] [ðə; ði] [lə'bɒrətri] .
artificially prepared in the laboratory .
人为地 准备 在 这 实验室 .

但实验已经证明，从植物中提取的某些化合物与在实验室中人工制备的相同化合物的作用方式截然不同。

[səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [kən'tenʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [ə'sɜːt] [ðæt] [ðə; ði] [tə'mɑːtəʊ] [ɪz] [nɒt] ['əʊnli] ['hɑːmləs] ,
So that the contention of those who assert that the tomato is not only harmless ,
所以 那 这 争论 的 那些 WHO 断言 那 这 番茄 是 不是 仅有的 无害 ,

因此，那些声称番茄不仅无害的人的论点是站不住脚的，

[bʌt; bət] ['iːv(ə)n] [ˌbenɪ'fɪʃ(ə)l] [tuː; tə] ['gaʊti] ['sʌbdʒɪkts] , [ɪz] [nɒt] [ʌn'riːz(ə)nəb(ə)l] .
but even beneficial to gouty subjects , is not unreasonable .
但 甚至 有利 到 痛风 主题 , 是 不是 不合理 .

即使对痛风患者有益，也并非不合理。

['spiːkɪŋ] [frɒm; frəm] [ɪk'spɪəriəns] ,
Speaking from experience ,
请讲 从 经验 ,

以我的经验来说，

[ai][kæn; kən]['əʊnli] [seɪ] [ðæt] [wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] ['gaʊti:ɪst] ['sʌbdʒɪkts][ai] [nəʊ] [i:ts] [tə'mɑ:təʊz] ['nɪəli]
I can only say that one of the goutiest subjects I know eats tomatoes nearly
我 能 仅有的 说 那 一 的 这 痛风 主题 我 知道 吃 西红柿 几乎
['evri] [deɪ] [ɒv; əv][hɪz; ɪz][laɪf] ,
every day of his life ,
每一个 天 的 他的 生活 ,

我只能说，我认识的一位痛风病情最严重的人几乎每天都吃西红柿。

[ænd; ənd] [kən'tɪnju:z] [tu:; tə] ['prəʊgres] ['ræpɪdli] [tə'wɔ:dz] [helθ] .
and continues to progress rapidly towards health .
和 继续 到 进步 快速 向 健康 .

并持续快速地向健康迈进。

[ə; eɪ][tə'mɑ:təʊ] ['pəʊltɪs] [ɪz] [sed] [tu:; tə] [klenz] [faʊl] ['ʌlsər] , [ænd; ənd] [prə'məʊt] [ðeə(r)] ['hi:lɪŋ] .
A tomato poultice is said to cleanse foul ulcers , and promote their healing .
一个 番茄 药膏 是 说 到 洁净 犯规 溃疡 , 和 推动 他们的 康复 .

据说番茄膏可以清洁恶臭的溃疡，促进其愈合。

[ˌaɪ 'ti:][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [rɪ'nju:d] ['fri:kwəntli] , [ænd; ənd] [ə'plaɪd] [hɒt] .
It should be renewed frequently , and applied hot .
它 应该 是 更新 频繁地 , 和 应用 热的 .

应该经常补涂，并趁热涂抹。

['tɜ:nɪp] .
Turnip .
芜菁 .

芜菁。

['tɜ:nɪps] [ɑ:(r); ə(r)]['ænti] - [skɔ:'bju:tɪk] .
Turnips are anti - scorbutic .
萝卜 是 反对 - 坏血病 .

芜菁具有抗坏血病的功效。

[æn; ən][əʊld] ['remədi] [fɔ:(r); fə(r)] ['krɒnɪk]
An old remedy for chronic
一个 老的 补救 为了 慢性的

一种治疗慢性病的古老疗法

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[Pg 75]
[页 -]

[第75页]

[kɒfs] [wɒz; wəz] ['tɜ:nɪp] [dʒu:s] [bɔɪld] [wɪð] ['ʃʊgə(r)] .
coughs was turnip juice boiled with sugar .
咳嗽 曾是 芜菁 汁 煮沸 和 糖 .

咳嗽声是萝卜汁加糖煮出来的。

[ðə; ði] ['tɜ:nɪps] [wɜ:(r); wə(r)]['greɪtɪd] , [ðə; ði][dʒu:s] [prest] [aʊt] , [ænd; ənd] 2½ [ɑ:z] .
The turnips were grated , the juice pressed out , and 2½ ozs .
这 萝卜 是 磨碎的 , 这 汁 按下 出去 , 和 2½ 盎司 .

将萝卜磨碎，榨出汁液，得到 2½ 盎司。

['kændid] ['ʃʊgə(r)][wɜ:(r); wə(r)] [ə'laʊd] [tu:; tə][wʌn][paɪnt][ɒv; əv][dʒu:s] .
candied sugar were allowed to 1 pint of juice .
脯 糖 是 允许 到 1 品脱 的 汁 .

每品脱果汁中允许添加糖渍糖粒。

[ðɪs] [wɒz; wəz] [bɔɪld] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'ti:] ['slaɪtli] ['θɪkənd] .
This was boiled until it slightly thickened .
这 曾是 煮沸 直到 它 轻微地 增稠 .

将汤汁煮至略微浓稠。

[ə; eɪ] ['tiːspuːnfʊl] [tuː; tə][biː; bi]['teɪkən] ['sevrəl] [taɪmz][ə; eɪ][deɪ] .
A teaspoonful to be taken several times a day .
一个 一茶匙 到 是 已采取 一些 时代 一个 天 .

每天服用数次，每次一茶匙。

[ðə; ði] [griːn] ['tɜːnɪp] [tɒps] , [stiːmd] [ʌn'tɪl]['tendə(r)] , [ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ] [gʊd] " [sprɪŋ] ['medsn; 'medɪsn] .
The green turnip tops , steamed until tender , are a good " spring medicine .
这 绿色的 芜菁 最高额 , 蒸 直到 投标 , 是 一个 好的 " 春天 药品 .

青萝卜缨蒸至软嫩，是很好的"春季药材"。

" [taɪm] .
" Thyme .
" 百里香 .

百里香。

[ðə; ði] ['kɒmən] ['gɑːd(ə)n] [taɪm] , [juːst] [fɔː(r); fə(r)] ['fleɪvərɪŋ] , [ɪz] ['kredɪtɪd] [wɪð] ['meni] ['vɜːtjuːz] .
The common garden thyme , used for flavouring , is credited with many virtues .
这 常见的 花园 百里香 , 用过的 为了 调味 , 是 已认可 和 许多 美德 .

常见的百里香，因其调味功效而备受推崇。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [tuː; tə][ɪn'spaɪə(r)] ['kʌrɪdʒ] [ænd; ənd][ɪn'laɪv(ə)n][ðə; ði] ['spɪrɪt] ,
It is said to inspire courage and enliven the spirits ,
它 是 说 到 启发 勇气 和 活跃 这 烈酒 ,

据说它能激发勇气，振奋精神。

[ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən][baɪ] ['melənkəli] [p'ɜːsənz] .
and for this reason should be taken by melancholy persons .
和 为了 这 原因 应该 是 已采取 经过 忧郁 人 .

因此，忧郁的人应该服用。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [gʊd] [ə'genst] ['nɜːvəs] ['hedeɪk] , ['flætjʊləns] , [ænd; ənd][hɪ'sterɪk(ə)l] [ə'fekʃən] .
It is good against nervous headache , flatulence , and hysterical affections .
它 是 好的 反对 紧张的 头痛 , 胀气 , 和 歇斯底里的 情感 .

它对神经性头痛、胀气和癔症有疗效。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ˌænti'septɪk] .
It is antiseptic .
它 是 防腐剂 .

它具有消毒作用。

['wɔːlnʌts] .
Walnuts .
核桃 .

核桃。

[ðə; ði]['wɔːlnʌt][hæz; həz] [biːn] [kɔːld] ['vedʒtəb(ə)l] ['ɑːsnɪk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv][ɪts]['kjʊərətɪv]['væljuː][ɪn]
The walnut has been called vegetable arsenic because of its curative value in
这 核桃 有 到过 称为 蔬菜 砷 因为 的 它是 治疗 价值 在
['eksmə; 'eksɪmə] .
eczema .
湿疹 .

核桃因其对湿疹的疗效而被誉为"植物砷"。

[æn; ən][ɔɪl] [əb'teɪnd] [frɒm; frəm][ðə; ði]['kɜːn(ə)l][hæz; həz] [biːn] [faʊnd] [ɒv; əv] [greɪt] ['sɜːvɪs] [wen]
An oil obtained from the kernel has been found of great service when
一个 油 获得 从 这 核心 有 到过 成立 的 伟大的 服务 什么时候
[ə'plaɪd]
applied
应用

从果仁中提取的油在应用方面被发现具有很大的用途。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 76]
[页 -]

[第76页]

[ɪk'stɜːnəli] [ɪn] [keɪsɪz] [ɒv; əv] [skɪn] [dɪ'ziːzɪz] .
externally in cases of skin diseases .
外部 在 案例 的 皮肤 疾病 .

用于治疗皮肤病等外部疾病。

[ðə; ði] [liːvz] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['wɔːlnʌt] [triː] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlsəʊ] [juːst] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [seɪm] ['pɜːpəs] , [bəuθ]
The leaves of the walnut tree are also used for the same purpose , both
这 树叶 的 这 核桃 树 是 还 用过的 为了 这 相同的 目的 , 两个都
[ɪk'stɜːnəli] [ænd; ənd] [ɪn'tɜːnəli] .
externally and internally .
外部 和 内部 .

核桃树的叶子也用于同样的用途，既可外用也可内服。

[wʌn] [aʊns] [ɒv; əv] [ðə; ði] [liːvz] [tuː; tə] - ['teibl,spuːnful] [ɒv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] [meɪk] [ə; eɪ] [tiː] ,
One ounce of the leaves to 12 tablespoonfuls of boiling water make a tea ,
一 盎司 的 这 树叶 到 - 汤匙 的 沸腾 水 制作 一个 茶 ,

用一盎司茶叶兑十二汤匙沸水即可泡茶。

[hɑːf] [ə; eɪ] [tiː] - [kʌp] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [meɪ] [biː; bi] ['teɪkən] ['sevrəl] [taɪmz] [ə; eɪ] [deɪ] .
half a tea - cup of which may be taken several times a day .
一半 一个 茶 - 杯子 的 哪个 可能 是 已采取 一些 时代 一个 天 .

每天可多次服用半杯茶。

[ðə; ði] [ə'fektɪd] [pɑːts] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlsəʊ] [biː; bi] [wɒʃt] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] .
The affected parts should also be washed with it .
这 做作的 部分 应该 还 是 洗过 和 它 .

受影响的部位也应该用它清洗。

['wɔːlnʌts] , [tuː; tə] [biː; bi] [wel] ['mæstɪkeɪtɪd] , [hæv; həv] [biːn] ['gɪv(ə)n] [tuː; tə] ['gaʊti] [ænd; ənd] [ru'mætɪk]
Walnuts , to be well masticated , have been given to gouty and rheumatic
核桃 , 到 是 出色地 咀嚼过的 , 有 到过 给定 到 痛风 和 风湿病
['peɪʃ(ə)nts] [wɪð] [greɪt] [sək'ses] .
patients with great success .
患者 和 伟大的 成功 .

核桃要充分咀嚼后食用，对痛风和风湿病患者疗效显著。

[ə'baʊt] [wʌn] ['dʌz(ə)n] [pə(r)] [deɪ] [ɪz] [ðə; ði] ['kwɒntəti] [prɪ'skraɪbd] .
About one dozen per day is the quantity prescribed .
关于 一 打 每 天 是 这 数量 规定 .

规定的食用量约为每天十二只。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['pɒsəb(ə)l] [ðæt] [ˌhɪər'ɪn] [laɪz] [ðə; ði] ['siːkrət] [ɒv; əv] [ðə; ði] [fækt] [ðæt] ['aʊə(r)] ['ænsestəz; 'ænsəstəz]
It is possible that herein lies the secret of the fact that our ancestors
它 是 可能的 那 在此处 谎言 这 秘密 的 这 事实 那 我们的 祖先
[ɪn'veəriəbli] [tʊk] ['wɔːlnʌts] [wɪð] [ðeə(r)] [waɪn] .
invariably took walnuts with their wine .
总是 采取 核桃 和 他们的 葡萄酒 .

这或许就是我们的祖先总是喜欢用核桃佐酒的原因所在。

[ðə; ði] [griːn] , [ˌʌn'raɪp] ['wɔːlnʌt] [ɪz] ['juːsf(ə)l] [fɔː(r); fə(r)] [ɪk'spelɪŋ] [wərmz] .
The green , unripe walnut is useful for expelling worms .
这 绿色的 , 生 核桃 是 有用 为了 排出 蠕虫 .

青涩未成熟的核桃可以用来驱虫。

[wiːt] .
Wheat .
小麦 .

小麦。

[həʊl] [wiːt] [ɪz][ə; eɪ] ['pɜːfɪkt] [fuːd] .
Whole wheat is a perfect food .
所有的 小麦 是 一个 完美的 食物 .

全麦是一种完美的食物。

[ɪn][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [waɪt] ['flaʊə(r)] , [haʊ'evə(r)] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][æn; ən] [ɪm'pɜːfɪkt] , [ˌʌn'bælənst] [fuːd] ,
In the form of white flour , however , it is an imperfect , unbalanced food ,
在 这 形式 的 白色的 面粉 , 然而 , 它 是 一个 不完善 , 不平衡 食物 ,

然而，以白面粉的形式出现时，它是一种不完美、不均衡的食物。

[ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][ɪts] [ˌdeprɪ'veɪʃn] [ɒv; əv][ðə; ði]['væljuəb(ə)l] ['fɑːsˌfeɪts] [wɪtʃ] [ɪg'zɪst][ɪn]
on account of its deprivation of the valuable phosphates which exist in
在 帐户 的 它是 剥夺 的 这 有价值的 磷酸盐 哪个 存在 在

由于其缺乏存在于……中的宝贵磷酸盐

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 77]
[页 -]

[第77页]

[ðə; ði][bræn] .
the bran .
这 麸 .

麸皮。

['rɪkɪts] [ænd; ənd][ˌmælnju'trɪʃ(ə)n]['dʒen(ə)rəli][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] ['aʊtkʌm] [ɒv; əv][ðə; ði][hə'bɪtʃuəl][juːz][ɒv; əv] [waɪt] ['flaʊə(r)] ,
Rickets and malnutrition generally are the outcome of the habitual use of white flour ,
佝 和 营养不良 一般来说 是 这 结果 的 这 习惯性的 使用 的 白色的 面粉 ,

佝偻病和营养不良通常是长期食用白面粉的结果。

[ən'les] [ðə; ði] [lɒs] [ɒv; əv] ['mɪnərəl] ['mætə(r)][ɪz]['kaʊntə(r)] ['bælənst] [baɪ]['ʌðə(r)] [fuːdz] .
unless the loss of mineral matter is counter balanced by other foods .
除非 这 损失 的 矿物 事情 是 柜台 均衡 经过 其他 食物 .

除非其他食物能够弥补矿物质的流失。

['əʊnli][ðə; ði] ['veri] ['faɪnɪst] ['həʊlmiːl] , [sʌtʃ] [æz; əz] " - , " [fɔː(r); fə(r)][ɪg'zɑːmp(ə)l] , [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [juːst] [fɔː(r); fə(r)] ['meɪkɪŋ] [bred] ,
Only the very finest wholemeal , such as " Artox , " for example , should be used for making bread ,
仅有的 这 非常 最好的 全麦 , 这样的 作为 " - , " 为了 例子 , 应该 是 用过的 为了 制作 面包 ,

只有最优质的全麦面粉，例如"Artox"牌，才应该用来制作面包。

[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
etc .
ETC .

ETC。

[ðə; ði]['ɔːd(ə)n(ə)ri] [kɔːs] [ɑː(r); ə(r)][æpt][tuː; tə] [prə'djuːs] [ˌɪn'testɪnəl] [ˌɪrɪ'teɪʃ(ə)n] .
The ordinary coarse wholemeals are apt to produce intestinal irritation .
这 普通的 粗 全麦 是 易于 到 生产 肠 刺激 .

普通的粗粒全麦食品容易引起肠道刺激。

[krækt] [wiːt] , [səʊkt] [ˌəʊvə'naɪt] [ɪn]['wɔːtə(r)][ænd; ənd] [bɔɪld] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] ['kʌp(ə)l] [ɒv; əv] ['aʊəz] ,
Cracked wheat , soaked overnight in water and boiled for a couple of hours ,
裂纹 小麦 , 浸泡过 过夜 在 水 和 煮沸 为了 一个 夫妻 的 小时 ,

碎小麦，用水浸泡过夜，然后煮几个小时。

[ɪz][ə; eɪ] ['feɪvərɪt] [prɪ'skrɪpʃn] [ɒv; əv] [ə'merɪkən] ['raɪtər] [fɔː(r); fə(r)] [hə'bɪtʃuəl] [ˌkɒnstɪ'peɪʃn] .
is a favourite prescription of American writers for habitual constipation .
是 一个 最喜欢的 处方 的 美国人 作家 为了 习惯性的 便秘 .

是美国作家治疗习惯性便秘的常用处方药。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [əb'teɪnd] [æt; ət] [məʊst] [lɑːdʒ] " [fuːd] - [rɪ'fɔːm] " [stɔːz] .
It may be obtained at most large " Food - Reform " stores .
它 可能 是 获得 在 最多 大的 " 食物 - 改革 " 商店 .

大多数大型"食品改革"商店都有售。

[bræn] [tiː] .
Bran Tea .
麸 茶 .

麸皮茶。

['nɜːvəs] [ɔː(r)] [pɜːsənz] [wɪl] [dɪ'raɪv] [greɪt] ['benɪfɪt] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] [kɔːs] [ɒv; əv] [bræn] [tiː] .
Nervous or anæmic persons will derive great benefit from a course of bran tea .
紧张的 或者 贫血 人 将要 派生 伟大的 益处 从 一个 课程 的 麸 茶 .

神经质或贫血的人喝一段时间的麸皮茶会受益匪浅。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [meɪd] [æz; əz] ['fɒləʊz] : — [tuː; tə] ['evri] [kʌp] [ɒv; əv] [bræn] [ə'laʊ] [ˌtuː'tuː] [kʌps] [dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)] .
It is made as follows : — To every cup of bran allow 2 cups distilled water .
它 是 制成 作为 跟随 : — 到 每一个 杯子 的 麸 允许 2 杯子 蒸馏 水 .

制作方法如下：—每杯麸皮加入2杯蒸馏水。

[wel] [wɒʃ] [ðə; ði] [bræn] [ɪn] [kəʊld] ['wɔːtə(r)] ; [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['dʒen(ə)rəli] [fʊl] [ɒv; əv] [dʌst] .
Well wash the bran in cold water ; it is generally full of dust .
出色地 洗 这 麸 在 寒冷的 水 ; 它 是 一般来说 满的 的 灰尘 .

用冷水彻底清洗麸皮；麸皮通常含有大量灰尘。

[pʊt] [ɪn] [ə; eɪ] ['sɔːspən] [wɪð] [ðə; ði] [kəʊld] [dɪ'stɪld] ['wɔːtə(r)] , ['kʌvə(r)] ['taɪtli] , [ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔː(r); fə(r)] ['θɜːti] ['mɪnɪts] .
Put in a saucepan with the cold distilled water , cover tightly , and boil for thirty minutes .
放 在 一个 平底锅 和 这 寒冷的 蒸馏 水 , 覆盖 紧紧 , 和 熬 为了 三十 分钟 .

将其放入平底锅中，加入冷蒸馏水，盖紧锅盖，煮沸30分钟。

[streɪn] ,
Strain ,
拉紧 ,

拉紧，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 78]
[页 -]

[第78页]

[ænd; ənd] ['fleɪvə(r)] [wɪð] ['ʃʊgə(r)] [ænd; ənd] ['lemən] [dʒuːs] [tuː; tə] [teɪst] .
and flavour with sugar and lemon juice to taste .
和 味道 和 糖 和 柠檬 汁 到 品尝 .

根据口味加入糖和柠檬汁调味。

[teɪk] [ə; eɪ] ['tiːkʌpˌfʊl] [naɪt] [ænd; ənd] ['mɔːnɪŋ] .
Take a teacupful night and morning .
拿 一个 一杯茶 夜晚 和 早晨 .

早晚各喝一杯茶。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 79]
[页 -]

[第79页]

[pɑːt] [θriː] . — ['ɪndɪsiːz]
Part III . — Indices
部分 三、 . — 指数

第三部分——索引

['ɪndeks] [tuː; tə] [dɪ'ziːzɪz] [ænd; ənd] ['remədiz]
INDEX TO DISEASES AND REMEDIES
指数 到 疾病 和 补救措施

疾病与疗法索引

['æbses] —
Abscess —
脓肿 —

脓肿——

['pɑːsli]
Parsley
香菜

香菜

['æsɪd] [dɪs'pepsiə] —
Acid Dyspepsia —
酸 消化不良 —

酸性消化不良——

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

—
Anæmia —
贫血 —

贫血-

[bə'nɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

['bɑːli]
Barley
大麦

大麦

[bræn]
Bran
麸

麸

['lentl]
Lentil
扁豆

扁豆

['spɪnɪtʃ]
Spinach
菠菜

菠菜

['strɔ:bəri]
Strawberry
草莓

草莓

['wɔ:tə(r)] - [kres]
Water - cress
水 - 豆瓣菜

西洋菜

['æsmə] —
Asthma —
哮喘 —

哮喘-

['ɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

[b'lækhedz] —
Blackheads —
黑头 —

黑头——

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[bɔɪlz] —
Boils —
沸腾 —

疖子——

[griːn] [fɪgz]
Green Figs
绿色的 无花果

青无花果

['baʊəl] [ɪm'pækʃən] —
Bowel Impaction —
肠 撞击 —

肠梗阻——

[paɪn] - ['æp(ə)l]
Pine - apple
松树 - 苹果

菠萝

[breɪn] [fæg] —
Brain Fag —
脑 同性恋 —

脑残——

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

[brɒŋ'kaɪtɪs] —
Bronchitis —
支气管炎 —

支气管炎-

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

['rædɪʃ]
Radish
萝卜

萝卜

['bruːzɪz] —
Bruises —
瘀伤 —

瘀伤——

[bə'nɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

[bɜːnz] —
Burns —
烧伤 —

伯恩斯——

[biːt]
Beet
甜菜

甜菜

[pə'teɪtəʊ]
Potato
土豆

土豆

['kænsə(r)] —
Cancer —
癌症 —

癌症-

['sɪnəmən]
Cinnamon
肉桂

肉桂

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

['pɑːsli]
Parsley
香菜

香菜

[tʃest] [ə'fekʃən] —
Chest **Affections** —
胸部 情感 —

胸部疾病——

['ɑːmənd]
Almond
杏仁

杏仁

['ɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

['tʃɪlbleɪnz] —
Chilblains —
冻疮 —

冻疮-

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

['kɒlərə] —
Cholera —
霍乱 —

霍乱-

['kɒfi]
Coffee
咖啡

咖啡

[k'əʊldz] —
Colds —
感冒 —

感冒——

[blæk] ['kʌrənt]
Black **Currant**
黑色的 黑醋栗

黑醋栗

['eldəberi]
Elderberry
接骨木

接骨木

['kɒlɪk] —
Colic —
绞痛 —

绞痛-

['kærəweɪ] [siːd]
Caraway **Seed**
葛缕子 种子

葛缕子籽

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

[ˌkɒnstɪ'peɪʃn] —
Constipation —
便秘 —

便秘-

[brə'zɪl] [nʌt]
Brazil **Nut**
巴西 坚果

巴西坚果

[krækt] [wiːt]
Cracked **Wheat**
裂纹 小麦

碎小麦

['ɒlɪv] [ɔɪl]
Olive **Oil**
橄榄 油

橄榄油

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

[kən'sʌmpʃ(ə)n] —
Consumption **—**
消耗 —

消耗-

['kæbɪdʒ] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
Cabbage **,** **etc** **.**
卷心菜 , ETC .

卷心菜等等。

['kærət]
Carrot
胡萝卜

胡萝卜

['sɪnəmən]
Cinnamon
肉桂

肉桂

[kres]
Cresses
豆瓣菜

豆瓣菜

[deɪt]
Date
日期

日期

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

['ɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

[piː] [nʌt]
Pea **Nut**
豌豆 坚果

豌豆

[kɔːnz] —
Corns —
玉米 —

玉米——

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[kɒfs] —
Coughs —
咳嗽 —

咳嗽——

[blæk] ['kʌrənt]
Black Currant
黑色的 黑醋栗

黑醋栗

['eldəberi]
Elderberry
接骨木

接骨木

['tɜːnɪp]
Turnip
芜菁

芜菁

—
Diarrhœa —
腹泻 —

腹泻-

['blækbəri]
Blackberry
黑莓

黑莓

['rɑːzbəri]
Raspberry
覆盆子

覆盆子

[dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə] —
Diphtheria —
白喉 —

白喉-

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[paɪn] - ['æp(ə)l]
Pine - apple
松树 - 苹果

菠萝

[dɪs'pepsiə] —
Dyspepsia —
消化不良 —

消化不良——

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

['seləri]
Celery
芹菜

芹菜

[piː] [nʌt]
Pea Nut
豌豆 坚果

豌豆坚果

['eksmə; 'eksɪmə] —
Eczema —
湿疹 —

湿疹-

['lævəndə(r)]
Lavender
薰衣草

薰衣草

['wɔːlnʌt]
Walnut
核桃

核桃

['epɪlepsi] —
Epilepsy —
癫痫 —

癫痫-

['pɑːsli]
Parsley
香菜

香菜

[aɪ] , [ˌɪnflə'meɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] —
Eye , Inflammation of —
眼睛 , 炎 的 —

眼部炎症——

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

['fiːvə(r)] —
Fever —
发烧 —

发烧-

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

['bɑːli]
Barley
大麦

大麦

['eldəberi]
Elderberry
接骨木

接骨木

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

['flætjʊləns] —
Flatulence —
胀气 —

胀气——

[taɪm]
Thyme
百里香

百里香

['frek(ə)lz] —
Freckles —
雀斑 —

雀斑——

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[gɔːl] [stəʊn] —
Gall **Stone** —
瘿 石头 —

胆结石-

['ɒlɪv] [ɔɪl]
Olive **Oil**
橄榄 油

橄榄油

[gæ'straɪtɪs] —
Gastritis —
胃炎 —

胃炎-

[bə'nɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

['bɑːli]
Barley
大麦

大麦

[gaʊt] —
Gout —
痛风 —

痛风-

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

['kærət]
Carrot
胡萝卜

胡萝卜

['seləri]
Celery
芹菜

芹菜

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[pə'teɪtəʊ]
Potato
土豆

土豆

['spɪnɪtʃ]
Spinach
菠菜

菠菜

['strɔ:bəri]
Strawberry
草莓

草莓

['wɔ:lnʌt]
Walnut
核桃

核桃

Hæmorrhage
出血

出血—

['net(ə)l]
Nettle
荨麻

荨麻

['hedeɪk]
Headache
头痛

头痛-

['lævəndə(r)]
Lavender
薰衣草

薰衣草

['ɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

[taɪm]
Thyme
百里香

百里香

[hɑːt] , [ˌpælpɪ'teɪʃən] [ɒv; əv] —
Heart **,** **Palpitation** **of** **—**
心 , 心悸 的 —

心悸——

[ə'spærəgəs]
Asparagus
芦笋

芦笋

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[hɪ'stɪəriə] —
Hysteria **—**
歇斯底里 —

歇斯底里-

['kærəweɪ] [siːd]
Caraway **Seed**
葛缕子 种子

葛缕子籽

['ɒrɪndʒ] [pɪps]
Orange **Pips**
橙子 点数

橙籽

[taɪm]
Thyme
百里香

百里香

[ˌɪndɪ'dʒestʃən] —
Indigestion **—**
消化不良 —

消化不良-

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

['seləri]
Celery
芹菜

芹菜

[piː] [nʌt]
Pea **Nut**
豌豆 坚果

豌豆坚果

[ɪnɪ'braɪəti] —
Inebriety —
醉酒 —

醉酒——

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

[ˌɪnflə'meɪʃ(ə)n] —
Inflammation —
炎 —

炎-

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

[bə'nɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

['bɑːli]
Barley
大麦

大麦

[griːn] ['gʊzbəri]
Green **Gooseberry**
绿色的 醋栗

绿鹅莓

[ˌɪnflu'enzə] —
Influenza —
流感 —

流感-

['sɪnəmən]
Cinnamon
肉桂

肉桂

['ɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

[ˌɪrɪtə'bɪləti] —
Irritability —
易怒 —

易怒-

[pruːn]
Prune
修剪

修剪

['kɪdni] [dɪ'ziːz] —
Kidney **Disease** —
肾 疾病 —

肾脏疾病-

['pɑːsli]
Parsley
香菜

香菜

['lɪvə(r)] [kəm'pleɪnts] —
Liver Complaints —
肝 投诉 —

肝脏疾病——

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

['kærət]
Carrot
胡萝卜

胡萝卜

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[red] ['gʊzbəri]
Red Gooseberry
红色的 醋栗

红鹅莓

[tə'mɑːtəʊ]
Tomato
番茄

番茄

[waɪt] [biːt]
White Beet
白色的 甜菜

白甜菜

[mə'leəriə] —
Malaria —
疟疾 —

疟疾-

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

['ɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

['melənkəli] —
Melancholy —
忧郁 —

忧郁——

[taɪm]
Thyme
百里香

百里香

['menstruəl] [əb'strʌkʃn] —
Menstrual **Obstruction** —
月经 梗阻 —

月经不调——

['pɑːsli]
Parsley
香菜

香菜

['nɜːvəs] [dɪs'pepsiə] —
Nervous **Dyspepsia** —
紧张的 消化不良 —

神经性消化不良——

['seləri]
Celery
芹菜

芹菜

['nɜːvəs] [ɪk'saɪtmənt] —
Nervous **Excitement** —
紧张的 激动 —

神经兴奋——

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

[seɪdʒ]
Sage
圣人

圣人

['nɜːvəs] [ɪg'zɔːstʃən] —
Nervous **Exhaustion** —
紧张的 疲惫 —

神经衰弱——

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

[njʊə'rældʒə] —
Neuralgia —
神经痛 —

神经痛——

[sə'vɪl] ['ɒrɪndʒ]
Seville **Orange**
塞维利亚 橙子

塞维利亚橙

[ˌpælpɪˈteɪʃən] [ɒv; əv] [hɑːt] —
Palpitation of Heart —
心悸 的 心 —

心悸——

[əˈspærəgəs]
Asparagus
芦笋

芦笋

[ˈlemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[pəˈræləsɪs] —
Paralysis —
麻痹 —

麻痹-

[ˈlævəndə(r)]
Lavender
薰衣草

薰衣草

[ˌperɪtəˈnaɪtɪs] —
Peritonitis —
腹膜炎 —

腹膜炎-

[bəˈnɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

[paɪlz] —
Piles —
痔疮 —

痔疮——

[ˈeldəberi]
Elderberry
接骨木

接骨木

[njuːˈməʊniə] —
Pneumonia —
肺炎 —

肺炎-

[ˈsɪnəmən]
Cinnamon
肉桂

肉桂

[ˈɒrɪndʒ]
Orange
橙子

橙子

[ˈpʌlmənəri] [kəmˈpleɪnts] —
Pulmonary Complaints —
肺部 投诉 —

肺部疾病——

['kæbɪdʒ] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
Cabbage , etc .
卷心菜 , ETC .

卷心菜等等。

['kærət]
Carrot
胡萝卜

胡萝卜

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

[seɪdʒ]
Sage
圣人

圣人

['ruːmətɪzəm] —
Rheumatism —
风湿病 —

风湿病——

[ə'spærəgəs]
Asparagus
芦笋

芦笋

['kæbɪdʒ] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
Cabbage , etc .
卷心菜 , ETC .

卷心菜等等。

['seləri]
Celery
芹菜

芹菜

[kres]
Cress
豆瓣菜

豆瓣菜

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

['rædɪʃ]
Radish
萝卜

萝卜

['strɔːbəri]
Strawberry
草莓

草莓

>Walnut
>Walnut
>Walnut

核桃

['rɪkɪts] —
Rickets —
疳 —

疳-

[pə'teɪtəʊ]
Potato
土豆

土豆

['skɜːvi] —
Scurvy —
坏血病 —

坏血病-

[kres]
Cress
豆瓣菜

豆瓣菜

['lemən]
Lemon
柠檬

柠檬

[pə'teɪtəʊ]
Potato
土豆

土豆

['rɑːzbəri]
Raspberry
覆盆子

覆盆子

['tɜːnɪp]
Turnip
芜菁

芜菁

[skɪn] [ɪ'rʌpʃənz] —
Skin **Eruptions** —
皮肤 喷发 —

皮肤疹——

['net(ə)l]
Nettle
荨麻

荨麻

['rædɪʃ]
Radish
萝卜

萝卜

['sliːpləsnəs] —
Sleeplessness —
失眠 —

失眠——

['letɪs]
Lettuce
莴苣

莴苣

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

['smɔːlpɒks] —
Smallpox —
天花 —

天花-

[greɪps]
Grapes
葡萄

葡萄

[sɔːrz] —
Sores —
疮 —

疮——

[biːt]
Beet
甜菜

甜菜

[sɔː(r)] [θrəʊt] —
Sore **Throat** —
疮 喉 —

咽喉痛-

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

[blæk] ['kʌrənt]
Black **Currant**
黑色的 黑醋栗

黑醋栗

[paɪn] - ['æp(ə)l]
Pine - **apple**
松树 - 苹果

菠萝

[sprein] —
Sprains —
扭伤 —

扭伤——

[bə'nɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

['kærəweɪ] [siːd]
Caraway **Seed**
葛缕子 种子

葛缕子籽

[stɪŋz] —
Stings —
刺痛 —

刺痛——

['ʌnjən]
Onion
洋葱

洋葱

[stəʊn] —
Stone —
石头 —

石头-

['æp(ə)l]
Apple
苹果

苹果

[peə(r)]
Pear
梨

梨

['rædɪʃ]
Radish
萝卜

萝卜

['strɔːbəri]
Strawberry
草莓

草莓

['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] —
Typhoid Fever —
伤寒 发烧 —

伤寒——

[bə'nɑːnə]
Banana
香蕉

香蕉

['juːtəraɪn] [dɪ'ziːz] —
Uterine Disease —
子宫 疾病 —

子宫疾病——

[red] [biːt]
Red Beet
红色的 甜菜

红甜菜

['ʌlsər] —
Ulcers —
溃疡 —

溃疡——

['kærət]
Carrot
胡萝卜

胡萝卜

[tə'mɑːtəʊ]
Tomato
番茄

番茄

['vɪʃəsnəs] —
Viciousness —
恶毒 —

恶毒——

[pru:n]
Prune
修剪

修剪

[wi:k] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] —
Weak **Digestion** —
虚弱的 消化 —

消化不良——

['tʃesnʌt]
Chestnut
板栗

板栗

[greɪp]
Grape
葡萄

葡萄

['letɪs]
Lettuce
莴苣

莴苣

[paɪn] ['kɜ:nl]
Pine **Kernal**
松树 内核

松子仁

[raɪs]
Rice
米

米

['strɔ:bəri]
Strawberry
草莓

草莓

['wu:pɪŋ] [kɒf] —
Whooping **Cough** —
欢呼 咳嗽 —

百日咳——

['rædɪʃ]
Radish
萝卜

萝卜

[wərmz] —
Worms —
蠕虫 —

蠕虫——

['kærət]
Carrot
胡萝卜

胡萝卜

['kəʊkəˌnʌt]
Cocoanut
椰子

椰子

['ɒlɪv] [ɔɪl]
Olive Oil
橄榄 油

橄榄油

['wɔːlnʌt]
Walnut
核桃

核桃

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 87]
[页 -]

[第 87 页]

['ɪndeks][tuː; tə] [prɪ'skrɪpʃən] [ænd; ənd] ['resəpɪz]
INDEX TO PRESCRIPTIONS AND RECIPES
指数 到 处方 和 食谱

处方和食谱索引

['ɑːmənd] [suːp]
Almond Soup
杏仁 汤

杏仁汤

['æp(ə)l] [tiː]
Apple Tea
苹果 茶

苹果茶

[bə'nɑːnə][ænd; ənd] ['bɑːli] [ɪn'dʒekʃ(ə)n]
Banana and Barley Injection
香蕉 和 大麦 注射

香蕉和大麦注射液

['bɑːli] ['wɔːtə(r)]
Barley Water
大麦 水

大麦水

['blækbəri] [tiː]
Blackberry Tea
黑莓 茶

黑莓茶

['blækbəri] ['dʒeli]
Blackberry Jelly
黑莓 果冻

黑莓果冻

[blæk] ['kʌrənt] [tiː]
Black Currant Tea
黑色的 黑醋栗 茶

黑加仑茶

[bræn] [tiː]
Bran Tea
麸 茶

麸皮茶

['sɪnəmən] [tiː]
Cinnamon **Tea**
肉桂 茶

肉桂茶

['tʃesnʌts] , [bɔɪld]
Chestnuts **,** **Boiled**
栗子 , 煮沸

煮栗子

['eldəberi] [liːf] ['pəʊltɪs]
Elderberry **Leaf** **Poultice**
接骨木 叶子 药膏

接骨木叶敷剂

[fɪgz] , [stiːmd]
Figs **,** **Steamed**
无花果 , 蒸

蒸无花果

[fruːt] [dʒuːs] , [prɪ'zɜːvd]
Fruit **Juice** **,** **Preserved**
水果 汁 , 保存完好

果汁，保藏

['lemən] [prɪ'skrɪpʃn] [fɔː(r); fə(r)] [mə'leəriə]
Lemon **Prescription** **for** **Malaria**
柠檬 处方 为了 疟疾

柠檬治疗疟疾的处方

['mɑːməleɪd] ['tɒnɪk]
Marmalade **Tonic**
果酱 补品

橘子酱汤力水

[nʌt] [kriːm]
Nut **Cream**
坚果 奶油

坚果奶油

['ʌnjən] [dʒuːs]
Onion **Juice**
洋葱 汁

洋葱汁

['ʌnjən] ['pəʊltɪs]
Onion **Poultice**
洋葱 药膏

洋葱膏药

['ɒrɪndʒ] [pɪps] , [draɪd]
Orange **Pips** **,** **Dried**
橙子 点数 , 干燥

干橙核

[paɪn] - ['æp(ə)l] [dʒuːs]
Pine **-** **apple** **Juice**
松树 - 苹果 汁

菠萝汁

[pə'teɪtəʊ] ['ləʊʃn]
Potato **Lotion**
土豆 洗剂

土豆乳液

[pruːn] [tiː]
Prune Tea
修剪 茶

西梅茶

['rædɪʃ] [dʒuːs]
Radish Juice
萝卜 汁

萝卜汁

['reɪzn] [tiː]
Raisin Tea
葡萄干 茶

葡萄干茶

[raɪs] , [bɔɪld]
Rice , Boiled
米 , 煮沸

米饭，白米饭

[seɪdʒ] [tiː]
Sage Tea
圣人 茶

鼠尾草茶

['tɜːnɪp] [dʒuːs]
Turnip Juice
芜菁 汁

萝卜汁

['wɔːlnʌt] [liːf] [tiː]
Walnut Leaf Tea
核桃 叶子 茶

核桃叶茶

['ɪndeks] — [ˌmɪsə'leɪniəs]
INDEX — MISCELLANEOUS
指数 — 各种各样的

索引—杂项

[ɑː'tɪstɪk] ['fæk(ə)ltɪz] , [tuː; tə] ['streŋ(k)θn]
Artistic Faculties , to Strengthen
艺术 学院 , 到 加强

艺术才能，以加强

['kæbɪdʒ] , [fɔː(r); fə(r)] ['nɜːsɪŋ] ['mʌðəz]
Cabbage , for Nursing Mothers
卷心菜 , 为了 护理 母亲们

卷心菜，哺乳期母亲的福音

['kærəweɪ] [siːdz] , [prə'məʊt] [sɪ'kriːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [mɪlk]
Caraway Seeds , promote Secretion of Milk
葛缕子 种子 , 推动 分泌 的 牛奶

葛缕子籽能促进乳汁分泌

[kres] , [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] [breɪn]
Cresses , good for Brain
豆瓣菜 , 好的 为了 脑

豆瓣菜，对大脑有益

['lævəndə(r)] , [prɪ'vents] [flaɪz] , [fliːz] , [ænd; ənd] [mɔːθs]
Lavender , prevents Flies , Fleas , and Moths
薰衣草 , 阻止 苍蝇 , 跳蚤 , 和 蛾子

薰衣草能驱赶苍蝇、跳蚤和飞蛾。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

食疗：关于食物及其药用价(Food Remedies Facts About Foods And Their)

[nʌts] , [truː] ['sʌbstɪtjuːt] [fɔː(r); fə(r)] [fleʃ] [miːt]
Nuts , true Substitute for Flesh Meat
坚果 ， 真的 代替 为了 肉 肉

坚果，真正的肉类替代品

[nʌt] ['bʌtə(r)] [mə'ʃiːn]
Nut Butter Machine
坚果 黄油 机器

坚果酱机

['ɒlɪv] [ɔɪl] , [tests] [fɔː(r); fə(r)]['pjʊərəti][ɒv; əv]
Olive Oil , Tests for Purity of
橄榄 油 ， 测试 为了 纯度 的

橄榄油纯度检测

[pʌls] , [nɒt] [ˌɪndɪ'dʒestəbl]
Pulse , not Indigestible
脉冲 ， 不是 难以消化的

脉搏，而非难以消化的

[tə'mɑːtəʊ] , [nɒt] [bæd][fɔː(r); fə(r)]['kænsə(r)][ɔː(r)] [gaʊt]
Tomato , not bad for Cancer or Gout
番茄 ， 不是 坏的 为了 癌症 或者 痛风

番茄，对癌症或痛风还不错

[ˌædvər'taɪzmənt]
ADVERTISEMENTS
广告

广告

[ə; eɪ] [wɜːd] [ə'baʊt] [ðə; ði] [ˌædvər'taɪzmənt] .
A WORD ABOUT THE ADVERTISEMENTS .
一个 单词 关于 这 广告 .

关于广告的几点说明。

['ridər] [ɒv; əv][ðə; ði] ['helθi] [laɪf] ['buklits] [wɪl] ['daʊtləs] [biː; bi][glæd][tuː; tə] [nəʊ] [ðæt] ['əʊnli]
Readers of the Healthy Life Booklets will doubtless be glad to know that only
读者 的 这 健康 生活 小册子 将要 毫无疑问 是 高兴的 到 知道 那 仅有的
[ðəʊz] [ˌædvər'taɪzmənt] [ɒv; əv] [fuːdz] [ðæt] [kæn; kən][biː; bi] [ˌkɒnʃi'enʃəsli] [ˌrekə'mendɪd] [ɑː(r); ə(r)]
those advertisements of foods that can be conscientiously recommended are
那些 广告 的 食物 那 能 是 切实 受到推崇的 是
[ək'septɪd] .
accepted .
公认 .

《健康生活手册》的读者无疑会很高兴地得知，只有那些可以真诚推荐的食品广告才会被接受。

[ðɪs] [ˌnesə'serəli] ['lɪmɪts][ðə; ði]['nʌmbə(r)][ɒv; əv] [ˌædvər'taɪzmənt] , [bʌt; bət][hæz; həz][ðə; ði] [əd'vɑːntɪdʒ]
This necessarily limits the number of advertisements , but has the advantage
这 一定 限制 这 数字 的 广告 ， 但 有 这 优势
[ɒv; əv] ['meɪkɪŋ] [ðem; ðəm] ['riːəli] ['sɜːvɪsəb(ə)l] .
of making them really serviceable .
的 制作 他们 真的 可用 .

这必然会限制广告的数量，但好处是能让广告真正发挥作用。

[ðə; ði] ['pʌblɪʃə(r)] [hæz; həz][nəʊ] [pɪ'kjuːniəri] ['ɪntrəst] [ɪn] ['eni] [ɒv; əv][ðə; ði][fɜːmz] ['menʃ(ə)nd] ,
The publisher has no pecuniary interest in any of the firms mentioned ,
这 出版商 有 不 金钱 兴趣 在 任何 的 这 公司 提及 ,

出版商与文中提及的任何公司均无任何经济利益关系。

[ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] [fiːlz] [kwaɪt] [friː] [tuː; tə] [gɪv] [hɪz; ɪz] ['testɪməni] [tuː; tə][ðə; ði] [wɜːθ] [ɒv; əv][ðeə(r)] [gʊdz] .
and therefore feels quite free to give his testimony to the worth of their goods .
和 所以 感觉 相当 自由的 到 给 他的 见证 到 这 值得 的 他们的 商品 .

因此他完全可以放心地证明他们商品的价值。

" - " ['flaʊə(r)] .
" Artox " Flour .
" - " 面粉 .

“Artox”面粉。

[ðɪs] [ɪz][səʊ] ['faɪnli] [graʊnd] [ðæt] , [ɔːl'ðəʊ] ['həʊlmiːl] ,
This is so finely ground that , although wholemeal ,
这 是 所以 精细地 地面 那 , 虽然 全麦 ,

这种面粉磨得非常细，虽然是全麦的，

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [ɪn][ðə; ði][ˌmænju'fæktʃə(r)]['iːv(ə)n][ɒv; əv] [spʌndʒ] [keɪk] , [waɪl] [fɔː(r); fə(r)] [bred] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ʌnsə'pɑːsəb(ə)l] .
it may be used in the manufacture even of sponge cake , while for bread it is unsurpassable .
它 可能 是 用过的 在 这 生产 甚至 的 海绵 蛋糕 , 尽管 为了 面包 它 是 无与伦比 .

它甚至可以用于制作海绵蛋糕，而对于面包来说，它是无可匹敌的。

[daɪ'dʒestɪv] [tiː] .
Digestive Tea .
消化 茶 .

助消化茶。

[tiː] - ['drɪŋkɪŋ] [ɪz] [kən'sɪdəd] [tuː; tə][biː; bi] ['veri] [ɪn'dʒʊəriəs] , [bʌt; bət][ðə; ði]['hæbɪt][ɪz] ['dɪfɪkəlt] , [ə'pærəntli] [ɪm'pɒsəb(ə)l] ,
Tea - drinking is considered to be very injurious , but the habit is difficult , apparently impossible ,
茶 - 喝 是 经过考虑的 到 是 非常 有害的 , 但 这 习惯 是 难的 , 显然 不可能的 ,

饮茶被认为非常有害，但养成这个习惯却很难，甚至似乎是不可能的。

[fɔː(r); fə(r)][sʌm; səm]['piːp(ə)l][tuː; tə] [ˌəʊvə'kʌm] , [ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] [ðə; ði][ˌjuːnɪ'vɜːs(ə)l][daɪ'dʒestɪv] [tiː] [sə'plaɪz] [ə; eɪ]['riːəl] [niːd] .
for some people to overcome , and therefore the Universal Digestive Tea supplies a real need .
为了 一些 人们 到 克服 , 和 所以 这 普遍的 消化 茶 补给品 一个 真实的 需要 .

对于某些人来说，克服消化障碍是件难事，因此，通用消化茶满足了他们的真正需求。

[ə; eɪ] [tiː] ['maɪnəs] ['tænɪn] [ɪz][ə; eɪ] [buːn] [tuː; tə] ['evriwʌn] ,
A tea minus tannin is a boon to everyone ,
一个 茶 减 单宁 是 一个 恩惠 到 每个人 ,

不含单宁的茶对每个人都有益。

[bʌt; bət] [ɪ'speʃəli] [tuː; tə][ðə; ði] ['sʌfərə] [frɒm; frəm] [dɪs'pepsiə] [ænd; ənd] ['nɜːvəs] [kəm'pleɪnts] .
but especially to the sufferers from dyspepsia and nervous complaints .
但 尤其 到 这 受害者 从 消化不良 和 紧张的 投诉 .

但尤其适用于消化不良和神经系统疾病患者。

[fraɪz] ['kəʊkəʊ] .
Fry's Cocoa .
弗莱的 可可 .

弗莱氏可可粉。

[ðɪs] ['kəʊkəʊ] [hæz; həz] [stʊd] [ðə; ði] [test] [ɒv; əv] [taɪm] [ænd; ənd] ['kemɪsts] [fɔː(r); fə(r)] [səʊ] [lɒŋ] [naʊ]
This cocoa has stood the test of time and chemists for so long now
这 可可 有 站立 这 测试 的 时间 和 化学家 为了 所以 长的 现在
[æz; əz] ['hɑːdli] [tuː; tə] [niːd] ['fɜːðə(r)] ['testɪməni] [æz; əz] [tuː; tə] [ɪts] ['dʒenjuɪnnəs] .
as hardly to need further testimony as to its genuineness .
作为 几乎 到 需要 更远 见证 作为 到 它是 真实性 .

这种可可豆经受住了时间和化学家的考验，其真实性已无需进一步证明。

[ˌɪntə'næʃ(ə)nəl] [helθ] [əˌsəʊsi'eɪʃn; əˌsəʊʃi'eɪʃn] .
International Health Association .
国际的 健康 协会 .

国际卫生协会。

[ðeɪ] [sə'plaɪ] ['θʌrəli] [pjʊə(r)] [fuːdz] ,
They supply thoroughly pure foods ,
他们 供应 彻底 纯的 食物 ,

他们供应完全纯净的食品，

[ænd; ənd] ['ridər] [wɪl] [duː; də] [wel] [tuː; tə] [teɪk] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɒv; əv] [ðeə(r)] ['ɒfə(r)] [tuː; tə] [send] ['sæmpl]
and readers will do well to take advantage of their offer to send samples
和 读者 将要 做 出色地 到 拿 优势 的 他们的 提供 到 发送 样品
[tuː; tə] [test] [fɔː(r); fə(r)] [ðəm'selvz] .
to test for themselves .
到 测试 为了 他们自己 .

读者不妨利用他们提供的寄送样品进行自行测试的机会。

\- [nʌt] [fuːdz] .
Mapleton's Nut Foods .
\- 坚果 食物 .

Mapleton's 坚果食品。

[ðeə(r)] ['nʌtə(r)] [ɪz] [kwaɪt] [ðə; ði] [best] ['vedʒtəb(ə)l] ['kʊkɪŋ] [fæt] [ɒn] [ðə; ði] ['mɑːkɪt] , [ænd; ənd] [meɪks]
Their Nutter is quite the best vegetable cooking fat on the market , and makes
他们的 纳特 是 相当 这 最好的 蔬菜 烹饪 胖的 在 这 市场 , 和 制作
['eksələnt] ['peɪstri] .
excellent pastry .
出色的 糕点 .

他们的Nutter是市面上最好的植物食用油，做出来的糕点非常棒。

[ə; eɪ] [paɪ] - [krʌst] [meɪd] [ɒv; əv] ['nʌtə(r)] [ænd; ənd] " - " ['flaʊə(r)] [ɪz] [ə; eɪ] [ˌrevə'leɪʃ(ə)n] [tuː; tə] [ðə; ði]
A pie - crust made of Nutter and " Artox " Flour is a revelation to the
一个 馅饼 - 地壳 制成 的 纳特 和 " - " 面粉 是 一个 启示 到 这
[ˌʌnɪ'nɪʃieɪtɪd] .
uninitiated .
新手 .

用花生酱和“Artox”面粉制成的派皮，对于初次尝试的人来说，简直是一次味觉上的享受。

[ðə; ði] [nʌt] ['bʌtəz] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlsəʊ] ['veri] [gʊd] , [ɪ'speʃəli] [ðə; ði] [ˌʌn'kʌləd] [və'raɪətiz] ['leɪbld] "
The Nut Butters are also very good , especially the uncoloured varieties labelled "
这 坚果 黄油 是 还 非常 好的 , 尤其 这 无色 品种 标签 "
\- .
Wallaceite .
\- .

坚果酱也非常好，尤其是标有“华莱士”字样的无色品种。

" .
" Shearns .
" 希尔恩斯 .

希恩斯。

['mɪstə(r)] . ['ʃɪrn] [ɪz] [ðə; ði] [ək'nɒlɪdʒd] " [fruːt] [kɪŋ] " [ɒv; əv] [ðə; ði] [fuːd] [rɪ'fɔːm] ['muːvmənt] .
Mr . Shearn is the acknowledged " Fruit King " of the Food Reform movement .
先生 . 希恩 是 这 已确认 " 水果 国王 " 的 这 食物 改革 移动 .

谢恩先生是公认的食品改革运动中的"水果之王"。

[ðə; ði] [grænd] [fruːt] [ʃɒp] [ɪn] ['tɑːtnəm] [kɔːt] [rəʊd] , [tuː; tə] [wɪtʃ] [ɪz] [naʊ] ['ædɪd] [ə; eɪ] [ˌvedʒə'teəriən] ['restrɒnt] ,
The grand fruit shop in Tottenham Court Road , to which is now added a vegetarian restaurant ,
这 盛大 水果 店铺 在 托特纳姆热刺 法庭 路 , 到 哪个 是 现在 额外 一个 素食 餐厅 ,

托特纳姆法院路上的那家大型水果店，现在又增设了一家素食餐厅。

[ɪz] [fə'mɪliə(r)] [tuː; tə] [məʊst] [fuːd] [rɪ'fɔːməz] [huː] [lɪv; laɪv] [ɪn] [ɔː(r)] [nɪə(r)] ['lʌndən] .
is familiar to most Food Reformers who live in or near London .
是 熟悉的 到 最多 食物 改革者 WHO 居住 在 或者 靠近 伦敦 .

对于居住在伦敦或附近的食品改革者来说，这很熟悉。

['ʌðə(r)z] [wɪl] [biː; bi] [glæd] [tuː; tə] [nəʊ] [ɒv; əv] - [stɔːz] [weə(r)] [ɔːl] [ðə; ði] ['leɪtɪst] " [fuːd] [rɪ'fɔːm] " [ˌspeʃɪ'ælətɪz] [ɑː(r); ə(r)] [stɒkt] .
Others will be glad to know of Shearn's Stores where all the latest " Food Reform " specialities are stocked .
其他的 将要 是 高兴的 到 知道 的 - 商店 在哪里 全部 这 最新的 " 食物 改革 " 专业 是 库存充足 .

其他人会很高兴地知道，希恩商店备有所有最新的"食品改革"特色产品。

[ə; eɪ] ['kætəlɒg] [kæn; kən] [biː; bi] [əb'teɪnd] [ɒn] [ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n] .
A catalogue can be obtained on application .
一个 目录 能 是 获得 在 应用 .

可索取产品目录。

['wɒlɪs] ['beɪkəri] .
Wallace Bakery .
华莱士 面包店 .

华莱士面包店。

[ðɪs] [ɪz] [ðə; ði] ['əʊnli] ['beɪkəri] [ɪn] [ɪg'zɪstəns] [wɪtʃ] [sə'plaɪz] [bred] , [keɪks] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . ,
This is the only bakery in existence which supplies bread , cakes , etc . ,
这 是 这 仅有的 面包店 在 存在 哪个 补给品 面包 , 蛋糕 , ETC . ,

这是唯一一家供应面包、蛋糕等糕点的面包店。

[meɪd] [wɪð] ['veri] [faɪn] ['həʊlmiːl] ['flaʊə(r)] , [ænd; ənd] [ɪn'taɪəli] [friː] [frɒm; frəm] [jiːst] [ænd; ənd] ['kemɪk(ə)lz] .
made with very fine wholemeal flour , and entirely free from yeast and chemicals .
制成 和 非常 美好的 全麦 面粉 , 和 完全 自由的 从 酵母 和 化学品 .

采用优质全麦面粉制成，完全不含酵母和化学物质。

[ðə; ði] ['wɒlɪs] ['beɪkəri] [ɪz] [ə; eɪ] [buːn] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['blesɪŋ] [tuː; tə] ['fɪzɪk(ə)l] .
The Wallace Bakery is a boon and a blessing to Physical Regenerationists .
这 华莱士 面包店 是 一个 恩惠 和 一个 祝福 到 身体的 再生主义者 .

华莱士面包店对身体再生疗法师来说是一件幸事。

[ə; eɪ] ['helθi] [laɪf] ['bʊklət] [friː]
A HEALTHY LIFE BOOKLET FREE
一个 健康 生活 小册子 自由的

免费健康生活手册

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] ['meni] ['væljuəb(ə)l] ['resəpɪz] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] [rɪ'fɔːməz] [ænd; ənd] [ˈɪnvəlɪd；ɪn'vælɪd] ,
It has many valuable recipes for Food Reformers and Invalids ,
它 有 许多 有价值的 食谱 为了 食物 改革者 和 无效 ,
[ænd; ənd] [telz] [ɔːl] [ə'baʊt]
and tells all about
和 讲述 全部 关于

它包含许多对饮食改革者和病人来说非常有价值的食谱，并详细介绍了......

" - " [həʊl] [miːl] ,
" ARTOX " WHOLE MEAL ,
" - " 所有的 一顿饭 ,

“ARTOX”全麦粉，

[wɪtʃ] [ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['faɪnɪst] [həʊl] [wiːt] ,
which is made from the finest whole wheat ,
哪个 是 制成 从 这 最好的 所有的 小麦 ,

它由最优质的全麦制成，

[ænd; ənd] [ɪz] [səʊ] ['faɪnli] [graʊnd] [baɪ] [əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] [stəʊn] [mɪlz] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [kæn; kən] [biː; bi]
and is so finely ground by old - fashioned stone mills that it can be
和 是 所以 精细地 地面 经过 老的 - 造型 石头 磨坊 那 它 能 是
[daɪ'dʒestɪd] [baɪ] [ðə; ði] [məʊst] ['delɪkət] .
digested by the most delicate .
消化 经过 这 最多 精美的 .

它由老式石磨磨成非常细的粉末，即使是最娇嫩的人也能消化。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðə; ði] [məʊst] [dɪ'lɪʃəs] [bred] , [keɪks] , ['bɪskɪts] , [ænd; ənd] ['peɪstri] ,
It makes the most delicious Bread , Cakes , Biscuits , and Pastry ,
它 制作 这 最多 可口的 面包 , 蛋糕 , 饼干 , 和 糕点 ,

它能做出最美味的面包、蛋糕、饼干和糕点。

[ænd; ənd] [ɪz] [æn; ən] [ɪn'taɪə(r)] ['seɪfgɑːd] [ə'genst] [ˌkɒnstɪ'peɪʃn] [wen] [juːst] ['regjələli] [ɪn] [pleɪs] [ɒv; əv]
and is an entire safeguard against Constipation when used regularly in place of
和 是 一个 全部的 保障 反对 便秘 什么时候 用过的 经常 在 地方 的
[waɪt] ['flaʊə(r)] .
white flour .
白色的 面粉 .

如果经常用它代替白面粉，就能完全预防便秘。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['strɒŋli] [ˌrekə'mendɪd] [baɪ] [ðə; ði] ['lɑːnsɪt] [ænd; ənd] [baɪ] ['mɪsɪz] . [liː] [hʌnt] ['wɒlɪs] (
It is strongly recommended by The Lancet and by Mrs . Leigh Hunt Wallace (
它 是 强烈 受到推崇的 经过 这 《柳叶刀》 和 经过 太太 . 莉 打猎 华莱士 (
['herəld] [ɒv; əv] [helθ]) [ænd; ənd] [ɪz] [juːst] [ɪk'skluːsɪvli] [ɪn] [ðə; ði] ['wɒlɪs] ['beɪkəri] .
Herald of Health) and is used exclusively in the Wallace Bakery .
先驱报 的 健康) 和 是 用过的 只 在 这 华莱士 面包店 .

《柳叶刀》杂志和《健康先驱报》的利·亨特·华莱士夫人强烈推荐，华莱士面包店也独家使用。

[səʊld] [baɪ] [helθ] [stɔːz] [ænd; ənd] ['grəʊsəz] ['evriweə(r)] [ɪn] ['sɛvən] ['el biː] .
Sold by Health Stores and Grocers everywhere in 7 lb .
卖 经过 健康 商店 和 杂货商 到处 在 7 磅 .

7磅装，在各地的健康食品店和杂货店均有销售。

[siːld] ['lɪnɪn] [bægz] , [ɔː(r)] - ['ɛl'biː'ɛs] . [sent] [də'rekt] [fɔː(r); fə(r)] 4s .
sealed linen bags , or 28 lbs . sent direct for 4s .
密封 亚麻布 包 , 或者 - 磅 . 发送 直接的 为了 4s .

密封的亚麻布袋，或 28 磅直接寄送，售价 4 先令。

6d .
6d .
6d .

6d.

['kærɪdʒ] [peɪd] .
carriage paid .
运输 有薪酬的 .

运费已付。

[ɪm'pɔːt(ə)nt] . — " - " ['həʊlmiːl] [ɪz]['əʊnli] ['riːteil] [ɪn]['aʊə(r)] [siːld] [bægz] , [ænd; ənd][ɪz][nɒt]
Important . — " Artox " Wholemeal is only retailed in our sealed bags , and is not
重要的 . — " - " 全麦 是 仅有的 零售 在 我们的 密封 包 , 和 是 不是
[səʊld] [luːs] .
sold loose .
卖 松动的 .

重要提示——“Artox”全麦面粉仅以密封包装袋形式零售，不散装出售。

, ['limitid] .
APPLEYARDS , LTD .
阿普尔亚德 , 有限公司 .

APPLEYARDS有限公司

([dept] . [em] .)
(Dept . M .)
(部门 . M .)

（M系）

['mɪləz] , ['rɒðərəm] .
Millers , ROTHERHAM .
米勒 , 罗瑟勒姆 .

米勒斯，罗瑟勒姆。

['menʃ(ə)n] ['helθi] [laɪf] ['buklits] .
Mention Healthy Life Booklets .
提到 健康 生活 小册子 .

提及健康生活手册。

[[ˌɪlə'streɪʃ(ə)n] : [greɪnz] [ɒv; əv] ['kɒmən] [sens] [fɔː(r); fə(r)] ['haʊswaɪf] [ænd; ənd]['epɪkjʊə(r)] .]
[Illustration : Grains of Common Sense for Housewife and Epicure .]
[插图 : 谷物 的 常见的 感觉 为了 家庭主妇 和 美食家 .]

【插图：给家庭主妇和美食家的常识箴言。】

[wɪl] [juː; jʊ] [traɪ] [ə; eɪ] [kʌp] [ɒv; əv] [tiː]
WILL YOU TRY A CUP OF TEA
将要 你 尝试 一个 杯子 的 茶

您愿意尝尝茶吗?

[ðæt] , [ɪn'sted] [ɒv; əv]['ɪndʒərɪŋ][jɔː(r); jə(r)] [nɜːvz] [ænd; ənd] ['tʌfnɪŋ] [jɔː(r); jə(r)] [fuːd] , [ɪz]
that , instead of injuring your nerves and toughening your food , is
那 , 反而 的 受伤 你的 神经 和 强化 你的 食物 , 是

这样一来，它不会损伤你的神经，也不会使食物变硬，而是……

['æbsəluːtli] [seɪf] [ænd; ənd] [dɪ'laɪtf(ə)l] ?
Absolutely Safe and Delightful ?
绝对地 安全的 和 愉快 ?

绝对安全又令人愉悦?

2s .
2s .
2s .

2秒。

2d . ; 2s . 10d . ; [ænd; ənd] 3s .
2d . ; 2s . 10d . ; and 3s .
2d . ; 2s . 10d . ; 和 3s .

2便士；2先令；10便士；以及3先令。

6d .
6d .
6d .

6d.

[pə(r)]['el biː] .
per lb .
每 磅 .

每磅

[ðə; ði] [ˌjuːnɪ'vɜːs(ə)l] [daɪ'dʒestɪv] [tiː] [ɪz]['ɔːd(ə)n(ə)ri] [tiː] ['triːtɪd] [wɪð] ['ɒksɪdʒən] , [wɪtʃ] ['njuːtrəlaɪz]
THE UNIVERSAL DIGESTIVE TEA is ordinary Tea treated with oxygen , which neutralises
这 普遍的 消化 茶 是 普通的 茶 治疗 和 氧 , 哪个 中和
[ðə; ði][ɪn'dʒʊəriəs] ['tænɪn] .
the injurious tannin .
这 有害的 单宁 .

通用消化茶是用氧气处理的普通茶叶，氧气可以中和有害的单宁。

['evri] [paʊnd] [ɒv; əv]['ɔːd(ə)n(ə)ri] [tiː] [kən'teɪnz] [ə'baʊt] [tuː] ['aʊnsɪz] [ɒv; əv] ['tænɪn] .
Every pound of ordinary tea contains about two ounces of tannin .
每一个 磅 的 普通的 茶 包含 关于 二 盎司 的 单宁 .

每磅普通茶叶约含两盎司单宁。

['tænɪn] [ɪz][ə; eɪ] ['paʊəf(ə)l] [ə'strɪndʒənt]['sʌbdʒɪkt][tuː; tə] [tæn] [skɪnz] ['ɪntuː] ['leðə(r)] .
Tannin is a powerful astringent subject to tan skins into leather .
单宁 是 一个 强大的 涩 主题 到 棕褐色 皮肤 进入 皮革 .

单宁是一种强效收敛剂，用于将动物皮鞣制成皮革。

[ðə; ði] ['tænɪn] [ɪn]['ɔːd(ə)n(ə)ri] [tiː] [tænz] , [ɔː(r)]['hɑːd(ə)n] , [ðə; ði]['laɪnɪŋ][ɒv; əv][ðə; ði][daɪ'dʒestɪv]['ɔːrgənz] ,
The tannin in ordinary tea tans , or hardens , the lining of the digestive organs ,
这 单宁 在 普通的 茶 棕褐色 , 或者 硬化 , 这 衬垫 的 这 消化 器官 ,

普通茶叶中的单宁会使消化器官内壁变黑变硬。

['ɔːlsəʊ][ðə; ði] [fuːd] ['iːt(ə)n] .
also the food eaten .
还 这 食物 吃 .

还有所吃的食物。

[ðɪs] [prɪ'vents] [ðə; ði] ['helθf(ə)l] ['nʌrɪʃmənt] [ɒv; əv][ðə; ði]['bɒdi] , [ænd; ənd] [ʌn'daʊtɪdli] [ɪ'ventʃueɪt]
This prevents the healthful nourishment of the body , and undoubtedly eventuates
这 阻止 这 健康的 营养 的 这 身体 , 和 无疑 事件
[ɪn] ['nɜːvəs] [dɪs'ɔːdəz] .
in nervous disorders .
在 紧张的 疾病 .

这会阻碍身体获得健康的营养，无疑会导致神经系统疾病。

[ɒn] [rɪ'siːt] [ɒv; əv][ə; eɪ][pəʊst][kɑːd][ðə; ði][ˌjuːnɪ'vɜːs(ə)l] [daɪ'dʒestɪv] [tiː] [ˌsiː 'əʊ] . , ['limitid] . , [kə'ləʊniəl]
On receipt of a post card the UNIVERSAL DIGESTIVE TEA CO . , Ltd . , Colonial
在 收据 的 一个 邮政 卡片 这 普遍的 消化 茶 一氧化碳 . , 有限公司 . , 殖民
['weəhaʊs] ,
Warehouse ,
仓库 ,

收到明信片后，环球消化茶有限公司，殖民地仓库，

['kendəl] , [wɪl] [send] [ə; eɪ]['sɑːmp(ə)l][ɒv; əv] [ðɪs] [tiː]
Kendal , will send a sample of this Tea
肯德尔 , 将要 发送 一个 样本 的 这 茶

Kendal公司将寄送这种茶的样品。

[ænd; ənd] [neɪm] [ɒv; əv] ['nɪərɪst] ['eɪdʒənt] , ['ɔːlsəʊ] [ə; eɪ] [dɪ'skrɪptɪv] ['pæmflət] [kəm'paɪld] [baɪ] ['ælbət]
and name of nearest Agent , also a Descriptive Pamphlet compiled by Albert
和 姓名 的 最近的 代理人 , 还 一个 描述性的 小册子 编译 经过 阿尔伯特
['brɔːdˌbɛnt] ,
Broadbent ,
布罗德本特 ,

以及最近的代理商名称，另附由阿尔伯特·布罗德本特编写的说明手册。

['ɔːθə(r)] [ɒv; əv] " ['saɪəns] [ɪn] [ðə; ði] ['deɪli] [miːl] , " & [siː] . [weə(r)] [nəʊ] ['eɪdʒənt] , [wʌn] - ['el biː] .
Author of " Science in the Daily Meal , " & c . Where no agent , 1 - lb .
作者 的 " 科学 在 这 日常的 一顿饭 , " & c . 在哪里 不 代理人 , 1 - 磅 .

《每日膳食中的科学》等的作者。在没有代理人的情况下，1磅。

[ænd; ənd] ['ʌpwədz] [wɪl] [biː; bi] [sent] [pəʊst] [friː] .
and upwards will be sent post free .
和 向上 将要 是 发送 邮政 自由的 .

及以上商品免邮费。

['eɪdʒənts] ['wɒntɪd] .
AGENTS WANTED .
代理人 通缉 .

诚聘经纪人。

[aɪ'diːəl] [fuːdz] [fɔː(r); fə(r)] ['evri] [deɪ] .
Ideal Foods for Every Day .
理想的 食物 为了 每一个 天 .

每日理想食物。

[ðə; ði] [ai] . [eɪtʃ] . [ə; eɪ] . [helθ] [fuːdz] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] [helθ] [fuːdz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [duː; də]
The I . H . A . Health Foods are called Health Foods because they do
这 我 . H . 一个 . 健康 食物 是 称为 健康 食物 因为 他们 做
['æktʃuəli] [bɪld] [ʌp] [ðə; ði] ['bɒdi] ,
actually build up the body ,
实际上 建造 向上 这 身体 ,

IHA保健食品之所以被称为保健食品，是因为它们确实能够强身健体。

[ænd; ənd] [meɪk] [də'rektli] [fɔː(r); fə(r)] ['betə(r)] [helθ] [ɔːl] [raʊnd] .
and make directly for better health all round .
和 制作 直接地 为了 更好的 健康 全部 圆形的 .

并直接促进整体健康。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [aɪ'diːəl] [fuːdz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] ['əʊnli] [frɒm; frəm] [sʌtʃ] ['prɒdʌkts] [æz; əz]
They are Ideal Foods because they are made only from such products as
他们 是 理想的 食物 因为 他们 是 制成 仅有的 从 这样的 产品 作为
[wiːt] ,
wheat ,
小麦 ,

它们是理想食品，因为它们只由小麦等原料制成。

[nʌts] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . ; [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['θʌrəli] [kʊkt] [ænd; ənd] ['iːzəli]
nuts , etc . ; because they are thoroughly cooked and easily
坚果 , ETC . ; 因为 他们 是 彻底 煮熟 和 容易地
[daɪ'dʒestɪd] ; [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['æbsəluːtli] [pjʊə(r)] ;
digested ; because they are absolutely pure ;
消化 ; 因为 他们 是 绝对地 纯的 ;

坚果等；因为它们经过彻底煮熟，容易消化；因为它们绝对纯净；

[bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ˌmænjuˈfæktʃəd] [wɪð] [ˈskruːpjələs] [keə(r)][ænd; ənd] [ˈklenlinəs] [ɪn][æn; ən]
because they are manufactured with scrupulous care and cleanliness in an
因为 他们 是 制造 和 一丝不苟的 关心 和 清洁 在 一个
[aɪˈdiːəl][ˈfæktri; ˈfæktəri][ɪn][ðə; ði][ˈəʊpən] [ˈkʌntri] .
ideal factory in the open country .
理想的 工厂 在 这 打开 国家 .

因为它们是在开阔乡村的理想工厂中，以一丝不苟的细致和清洁的环境制造出来的。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][aɪˈdiːəl] [fuːdz] [fɔː(r); fə(r)] [ˈevri] [deɪ] [bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [ðeɪ] [ˈfɜːnɪʃ] [ə; eɪ] [waɪd] [vəˈraɪəti][ɒv; əv]
They are ideal foods for every day because they furnish a wide variety of
他们 是 理想的 食物 为了 每一个 天 因为 他们 提供 一个 宽的 种类 的
[ˈdɪʃɪz] [æt; ət][ə; eɪ] [ləʊ] [kɒst] ,
dishes at a low cost ,
菜肴 在 一个 低的 成本 ，

它们是理想的日常食品，因为它们价格低廉，却能提供多种多样的菜肴。

[ænd; ənd][bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ɔːl] [ˈplez(ə)nt] [tuː; tə][ðə; ði] [teɪst] .
and because they are all pleasant to the taste .
和 因为 他们 是 全部 令人愉快的 到 这 品尝 .

而且它们味道都很宜人。

[ðə; ði][ai] . [eɪtʃ] . [ə; eɪ] . [helθ] [fuːdz] [ɑː(r); ə(r)][səʊld][baɪ][ɔːl] [helθ] [fuːd] [stɔːz] , [ɔː(r)][dəˈrekt][ɒn]
The I . H . A . Health Foods are sold by all Health Food Stores , or direct on
这 我 . H . 一个 . 健康 食物 是 卖 经过 全部 健康 食物 商店 ， 或者 直接的 在
[ˈiːzi] [tɜːmz] .
easy terms .
简单的 条款 .

IHA 健康食品在所有健康食品商店均有销售，也可直接购买，付款方式简便。

[wiː; wi][ˈɒfə(r)][tuː; tə][send][juː; jʊ] [θriː] [ˈlɪbərəl] [ˈsæmpl] [ænd; ənd][ə; eɪ] [ˈbjuːtɪfli] [ˈɪləstreɪtɪd] [praɪs]
We offer to send you three liberal samples and a beautifully illustrated price
我们 提供 到 发送 你 三 自由主义 样品 和 一个 非常漂亮 插图 价格
[lɪst] ,
list ,
列表 ，

我们乐意寄送三份样品和一份精美的图文价格表。

[kənˈteɪnɪŋ] [fʊl] [ˈdiːteɪlz] [ænd; ənd] [ˈmeni] [ˈvæljuəb(ə)l] [ˈresəpɪz] , [fɔː(r); fə(r)] 2d .
containing full details and many valuable recipes , for 2d .
包含 满的 细节 和 许多 有价值的 食谱 ， 为了 2d .

包含完整细节和许多有价值的食谱，售价 2d。

[stæmps] , [ɔː(r)] [praɪs] [lɪst] [pəʊst] [friː] [ɒn] [ˌæplɪˈkeɪʃ(ə)n] .
stamps , or price list post free on application .
邮票 ， 或者 价格 列表 邮政 自由的 在 应用 .

邮票或价目表可免费邮寄，详情请咨询。

[ðə; ði] [ˌɪntəˈnæʃ(ə)nəl] [helθ] [əˌsəʊsiˈeɪʃn; əˌsəʊʃiˈeɪʃn]
The International Health Association
这 国际的 健康 协会

国际卫生协会

[ˈlɪmɪtɪd] .
Limited .
有限的 .

有限的。

[ðə; ði][ˈfæktri; ˈfæktəri][ɪn][ðə; ði] [biːtʃ] [wʊdz] ,
The Factory in the Beech Woods ,
这 工厂 在 这 山毛榉 伍兹 ，

山毛榉林中的工厂

- [pɑːk] , ['wɒtfəd] , [hɜːrts] .
Stanborough Park , Watford , Herts .
- 公园 , 沃特福德 , 赫特福德郡 .

斯坦伯勒公园，沃特福德，赫特福德郡。

[pliːz] [raɪt] [fɔː(r); fə(r)] " [fuːd] ['remədiz] .
Please write for " Food Remedies .
请 写 为了 " 食物 补救措施 .

请写信询问“食物疗法”。

" [ə; eɪ] [wɜːd] [ə'baʊt] [nʌt] [fuːdz] .
" A Word about Nut Foods .
" 一个 单词 关于 坚果 食物 .

关于坚果类食品的一点说明。

[ðə; ði] [haɪ] ['væljuː][ɒv; əv] [nʌts] [hæz; həz] [lɒŋ] [biːn] [nəʊn] ,
The high value of Nuts has long been known ,
这 高的 价值 的 坚果 有 长的 到过 已知 ,

坚果的高价值早已为人所知。

[bʌt; bət] [ʌn'tɪl] ['leɪtli] [nəʊ] [ə'tempt] [hæz; həz] [biːn] [meɪd] [tuː; tə] [ˌmænju'fæktʃə(r)] [ðem; ðəm] [ɪn] [ə; eɪ]
but until lately no attempt has been made to manufacture them in a
但 直到 最近 不 试图 有 到过 制成 到 生产 他们 在 一个
[fɔːm] [ə'veɪləb(ə)l] [fɔː(r); fə(r)] [də'mestɪk] [juːz] .
form available for domestic use .
形式 可用的 为了 国内的 使用 .

但直到最近，还没有人尝试以可供家庭使用的形式生产它们。

[ðɪs] , [haʊ'evə(r)] , [ɪz] [naʊ] [tʃeɪndʒd] , [æz; əz] [ə; eɪ] ['splendɪd] [və'raɪəti] [ɒv; əv] ['eksələnt] [ˌprepə'reɪʃ(ə)nz]
This , however , is now changed , as a splendid variety of excellent preparations
这 , 然而 , 是 现在 已更改 , 作为 一个 灿烂 种类 的 出色的 准备工作
[ɑː(r); ə(r)] ['redi] [tuː; tə] [hænd] ,
are ready to hand ,
是 准备好 到 手 ,

然而，这种情况现在已经改变，因为各种各样优质的食品和饮料已经准备就绪。

['əʊɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['entəpraɪz] [ɒv; əv] ['mesəz] . ['meɪpəlˌtɑːn] ,
owing to the enterprise of Messrs . Mapleton ,
欠款 到 这 企业 的 先生们 . 梅普尔顿 ,

由于马普尔顿先生们的努力，

[ɪn] [ðə; ði] [ʃeɪp] [ɒv; əv] [sʌtʃ] ['juːsf(ə)l] ['prɒdʌkts] [æz; əz] ['nʌtə(r)] [ænd; ənd] ['nʌtə(r)] ['suːɪt; 'sjuːɪt] , [wɪtʃ]
in the shape of such useful products as Nutter and Nutter Suet , which
在 这 形状 的 这样的 有用 产品 作为 纳特 和 纳特 羊脂 , 哪个
[ˌsjuːpə'siːdz] [lɑːd] ,
supersedes Lard ,
取代 猪油 ,

以花生酱和花生油（取代了猪油）等实用产品的形式出现，

['suːɪt; 'sjuːɪt] , [ænd; ənd] ['kʊkɪŋ] ['bʌtə(r)] [ɪn] [ðə; ði] ['kɪtʃɪn] .
Suet , and Cooking Butter in the kitchen .
羊脂 , 和 烹饪 黄油 在 这 厨房 .

厨房里的牛油和烹饪黄油。

['ɔːlsəʊ] [dɪ'lɪʃəs] ['teɪb(ə)l] ['bʌtəz] — ['wɔːlnʌt] , ['kəʊkəˌnʌt] , [ænd; ənd] ['kæʃuː] — [ɔːl] [ɒv; əv] [wɪtʃ]
Also delicious Table Butters — Walnut , Cocoanut , and Cashew — all of which
还 可口的 桌子 黄油 — 核桃 , 椰子 , 和 腰果 — 全部 的 哪个
[ɑː(r); ə(r)] [fɔː(r)] [taɪmz] [æz; əz] [njuˈtrɪʃəs] [æz; əz] ['deəri] ['bʌtə(r)] .
are four times as nutritious as Dairy Butter .
是 四 时代 作为 营养丰富的 作为 奶制品 黄油 .

还有美味的餐桌黄油——核桃黄油、椰子黄油和腰果黄油——它们的营养价值是乳制品黄油的四倍。

['ʌðə(r)] [gʊdz] [ɑː(r); ə(r)] [nʌt] [miːt] , [nʌt] ['greɪvi] , [nʌt] ['bɪskɪts] , [nʌt] [keɪks] , [fruː'teəriən] [keɪks] ,
Other goods are Nut Meat , Nut Gravy , Nut Biscuits , Nut Cakes , Fruitarian Cakes ,
其他 商品 是 坚果 肉 , 坚果 肉汁 , 坚果 饼干 , 坚果 蛋糕 , 果食主义者 蛋糕 ,

其他商品包括坚果肉、坚果肉汁、坚果饼干、坚果蛋糕、水果蛋糕。

& [siː] . [ə; eɪ] [pəʊst] [kɑːd] [wɪl] [brɪŋ] [ə; eɪ] ['bʊklət] [dɪ'skraɪbɪŋ] [ðiːz] [gʊdz] , [wɪð] ['resəpɪz] [fɔː(r); fə(r)] [ðeə(r)] [juːz] ,
& c . A Post Card will bring a Booklet describing these goods , with Recipes for their use ,
& c . 一个 邮政 卡片 将要 带来 一个 小册子 描述 这些 商品 , 和 食谱 为了 他们的 使用 ,

等等。明信片上会附有一本小册子，介绍这些商品及其使用方法。

[ɒn] [ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n] [tuː; tə]
on application to
在 应用 到

申请

[ðə; ði] [ˌmænju'fæktʃərəz] :
THE MANUFACTURERS :
这 制造商 :

制造商：

- [nʌt] [fuːd] [ˌsiː 'əʊ] . , ['limitid] .
Mapleton's Nut Food Co . , Ltd .
- 坚果 食物 合作 . , 有限公司 .

Mapleton's Nut Food Co., Ltd.

['læŋkəˌʃɪə(r)]
LANCASHIRE
兰开夏郡

兰开夏郡

['menʃ(ə)n] ['helθi] [laɪf] ['buklits] .
Mention Healthy Life Booklets .
提到 健康 生活 小册子 .

提及健康生活手册。

[ə; eɪ] [gaɪd] [tuː; tə] [gʊd] [θɪŋz] .
A GUIDE TO GOOD THINGS .
一个 指导 到 好的 事物 .

美好事物指南。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [fəʊk] [ɔːl] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] ['kʌntri] [huː] [ɑː(r); ə(r)] [bɪ'gɪnɪŋ] [tuː; tə] [fiːl] ['veɪgli] [ðæt] [ðeə(r)] ['juːʒuəl] ['daɪət] [ɪz] [nɒt] [ɔːl] [ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ,
There are thousands of folk all over the country who are beginning to feel vaguely that their usual diet is not all it should be ,
那里 是 数千 的 民间 全部 超过 这 国家 WHO 是 开始 到 感觉 依稀 那 他们的 通常 饮食 是 不是 全部 它 应该 是 ,

全国各地有成千上万的人开始隐约感觉，他们平常的饮食习惯似乎不太对劲。

[ænd; ənd] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [tend] [tuː; tə] [prə'djuːs] [dɪs'kʌmfət] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] .
and that it tends to produce discomfort and disease .
和 那 它 倾向于 到 生产 不适 和 疾病 .

而且它往往会导致不适和疾病。

['meni] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] [wʊd] [biː; bi] [glæd] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ] [tʃeɪndʒ] [ɪf] [ðeɪ] [njuː] [haʊ] .
Many of them would be glad to make a change if they knew how .
许多 的 他们 会 是 高兴的 到 制作 一个 改变 如果 他们 知道 如何 .

如果他们知道如何改变，他们中的许多人都会乐意做出改变。

['aʊə(r)] ['bʊklət] , " [ə; eɪ] [gaɪd] [tuː; tə] [gʊd] [θɪŋz] , " [wɪl] [help] [ðem; ðəm] .
Our booklet , " A Guide to Good Things , " will help them .
我们的 小册子 , " 一个 指导 到 好的 事物 , " 将要 帮助 他们 .

我们的小册子《美好事物指南》会对他们有所帮助。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [æn; ən] ['ɪntrəstɪŋ] ['ɑːtɪk(ə)l] [ɒn] " [haʊ] [tuː; tə] [stɑːt] ,
It contains an interesting article on " How To Start ,
它 包含 一个 有趣的 文章 在 " 如何 到 开始 ,

其中包含一篇关于“如何开始”的有趣文章

" [ænd; ənd] [gɪvz] [ə; eɪ] [kəm'pliːt] ['menjuː] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [wiːk] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [fuːdz] [ðæt] [sə'plaɪ]
" and gives a complete menu for a week in which the foods that supply
" 和 给予 一个 完全的 菜单 为了 一个 星期 在 哪个 这 食物 那 供应
[ðə; ði] [pleɪs] [ɒv; əv] [ðə; ði] [les] ['həʊlsəm] [fɪʃ] ,
the place of the less wholesome fish ,
这 地方 的 这 较少的 健康 鱼 ,

并提供了一份完整的一周菜单，其中用其他食物代替了不太健康的鱼类。

['beɪkən] , [ɔː(r)] [miːt] , [ɑː(r); ə(r)] ['klɪəli] ['ɪndəˌkeɪtɪd] .
bacon , or meat , are clearly indicated .
熏肉 , 或者 肉 , 是 清楚地 表明的 .

培根或肉类都有明确标识。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlsəʊ] ['sevrəl] ['peɪdʒɪz] [ɒv; əv] [dɪ'laɪtf(ə)l] ['resəpɪz] [ðæt] [wɪl] [help] [tuː; tə] ['glædn] [ðə; ði]
There are also several pages of delightful recipes that will help to gladden the
那里 是 还 一些 页面 的 愉快 食谱 那 将要 帮助 到 格拉登 这
['teɪb(ə)l] [ɒv; əv] ['eni] ['haʊswaɪf] [ɪn] [ðə; ði] ['kɪŋdəm] ,
table of any housewife in the kingdom ,
桌子 的 任何 家庭主妇 在 这 王国 ,

此外，还有好几页令人愉悦的食谱，可以帮助王国里的任何一位家庭主妇让餐桌充满喜悦。

[ænd; ənd] [ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] [ðeə(r)] [ɪz] [ə; eɪ] [kəm'pliːt] [praɪs] [lɪst] [ɒv; əv] ['evri] [helθ] [fuːd] [ə'pɒn] [ðə; ði]
and in addition there is a complete price list of every health food upon the
和 在 添加 那里 是 一个 完全的 价格 列表 的 每一个 健康 食物 之上 这
['mɑːkɪt] [ðæt] [kæn; kən] [biː; bi] [ˌrekə'mendɪd] ,
market that can be recommended ,
市场 那 能 是 受到推崇的 ,

此外，我们还提供市面上所有值得推荐的保健食品的完整价格清单。

[ænd; ənd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [məʊst] [ʌp] - [tuː; tə] - [deɪt] [ænd; ənd] ['nɒv(ə)l] [ə'plaɪənsɪz] [fɔː(r); fə(r)] ['kʊkɪŋ]
and of the most up - to - date and novel appliances for cooking
和 的 这 最多 向上 - 到 - 日期 和 小说 电器 为了 烹饪
[ænd; ənd] [prɪ'peərɪŋ] [fuːd] .
and preparing food .
和 准备 食物 .

以及最新、最新颖的烹饪和食品加工用具。

[ðeə(r)] [ɪz] [æn; ən] [ɔːl] [bʌt; bət] ['endləs] [ə'reɪ] [ɒv; əv] ['brekfəst] [fuːdz] — [bred] , [keɪks] , ['bɪskɪts] ,
There is an all but endless array of breakfast foods — bread , cakes , biscuits ,
那里 是 一个 全部 但 无尽的 大批 的 早餐 食物 — 面包 , 蛋糕 , 饼干 ,
[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . ,
etc . ,
ETC . ,

早餐食品种类繁多，几乎无穷无尽——面包、蛋糕、饼干等等。

[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] ['əʊnli] [ˌbenɪ'fɪʃ(ə)l] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ɒv; əv] [wɒt] [ðeɪ] [kən'teɪn] ,
etc . , that are not only beneficial because of what they contain ,
ETC . , 那 是 不是 仅有的 有利 因为 的 什么 他们 包含 ,

等等，它们的好处不仅在于其成分，

[bʌt; bət][ɑː(r); ə(r)] [friː] [frɒm; frəm][ðə; ði][ɪn'dʒʊəriəs]['kemɪk(ə)l] [ə'dʌltərənt] [səʊ] ['lɑːdʒli] [juːst]
but are free from the injurious chemical adulterants so largely used
但 是 自由的 从 这 有害的 化学 掺杂物 所以 很大程度上 用过的
['naʊədeɪz] .
nowadays .
如今 .

但不含当今广泛使用的有害化学掺杂物。

[bʌt; bət] [send] [fɔː(r); fə(r)]['aʊə(r)] ['bʊklət] [ænd; ənd] [siː] [fɔː(r); fə(r)] [jɔː'self] [wɒt] [ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] ,
But send for our booklet and see for yourself what it contains ,
但 发送 为了 我们的 小册子 和 看 为了 你自己 什么 它 包含 ,

但您可以索取我们的小册子，亲自看看里面有什么内容。

[ɔː(r)] [ɪf] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][nɪə(r)] [gɪv] [ˌjuː 'es][ə; eɪ][kɔːl] .
or if you are near give us a call .
或者 如果 你 是 靠近 给 我们 一个 称呼 .

如果您在附近，请给我们打电话。

[juː; jʊ] [meɪ] [ʃɒp] , [lʌntʃ] , [daɪn] , [ænd; ənd] [teɪk] [tiː] [wɪð] [ˌjuː 'es] .
You may shop , lunch , dine , and take tea with us .
你 可能 店铺 , 午餐 , 用餐 , 和 拿 茶 和 我们 .

您可以和我们一起购物、吃午餐、用餐和喝茶。

['aʊə(r)] [helθ] [fuːd] [stɔːz] [wɪl] [sə'plaɪ] ['evriθɪŋ] [juː; jʊ] [niːd] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] ['pɜːfɪkt] [helθ] ['daɪət]
Our Health Food Stores will supply everything you need for a perfect health diet
我们的 健康 食物 商店 将要 供应 一切 你 需要 为了 一个 完美的 健康 饮食
.
.
.

我们的健康食品商店将提供您完美健康饮食所需的一切。

['aʊə(r)] [fruːt] [stɔːz] [wɪl] [sə'plaɪ] [juː; jʊ] [wɪð] [ðə; ði] ['tʃɔɪsɪst] [fruːt] [ɒn] [ðə; ði] [məʊst] ['mɒdərət] [tɜːmz] ,
Our Fruit Stores will supply you with the choicest fruit on the most moderate terms ,
我们的 水果 商店 将要 供应 你 和 这 精选 水果 在 这 最多 缓和 条款 ,

我们的水果店将以最优惠的价格为您提供最优质的水果。

[ænd; ənd][ɪn] [lɑːdʒ] [k'wɒntɪtɪz] [æt; ət] ['həʊlseɪl] [praisiz] .
and in large quantities at wholesale prices .
和 在 大的 数量 在 批发的 价格 .

并以批发价大量采购。

['aʊə(r)] [fruːt] ['lʌntʃən] [rʊmz; ruːmz][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][tɔːk] [ɒv; əv] ['lʌndən] ,
Our Fruit Luncheon Rooms are the talk of London ,
我们的 水果 午餐 房间 是 这 讲话 的 伦敦 ,

我们的水果午餐室在伦敦引起了广泛关注，

[ænd; ənd][juː; jʊ][kæn; kən][get][ə; eɪ] [dɪ'laɪtf(ə)l] [fruːt] [miːl] [ə'mɪd] ['flaʊəz] [ænd; ənd][pɑːmz][frɒm; frəm]
and you can get a delightful fruit meal amid flowers and palms from
和 你 能 得到 一个 愉快 水果 一顿饭 之中 花朵 和 棕榈树 从
6d .
6d .
6d .

从 6d 开始，您就可以在鲜花和棕榈树的环绕中享用美味的水果餐。

[ɪf] [juː; jʊ] ['kænɒt] [kɔːl] , [send] [sɪks] ['peni] [stæmps] , [ænd; ənd] [ɪn] [rɪ'tɜːn] [wiː; wi] [wɪl] [send] [juː; jʊ] ,
If you cannot call , send six penny stamps , and in return we will send you ,
如果 你 不能 称呼 , 发送 六 一分钱 邮票 , 和 在 返回 我们 将要 发送 你 ,

如果您无法打电话，请寄送六张一便士的邮票，我们将回寄给您。

[tə'geðə(r)] [wɪð] [ðə; ði] ['bʊklət] , [ə; eɪ]['sɑːmp(ə)l][ɒv; əv]['aʊə(r)] - , [redʒ] .
together with the booklet , a sample of our Frunut , reg .
一起 和 这 小册子 , 一个 样本 的 我们的 - , reg .

随小册子附赠一份我们的 Frunut 样品，注册号为 。

([ə; eɪ][ˌprepə'reɪʃ(ə)n][ɒv; əv] [sɪ'lektɪd] [nʌts] [ænd; ənd] [fruːt] [ðæt] [ɪz][æz; əz] [dɪ'laɪtf(ə)l] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz]
(a preparation of selected nuts and fruit that is as delightful as it is
(一个 准备 的 已选 坚果 和 水果 那 是 作为 愉快 作为 它 是
[sə'steɪnɪŋ]) ;
sustaining) ;
维持) ;

（由精选坚果和水果制成的美味佳肴，既营养又美味）

['sæmpl] [ɒv; əv] - ['həʊlmiːl] ['bɪskɪts] ([ə; eɪ]['væljuəb(ə)l][ænd; ənd][məʊst][ˌiːkə'nɒmɪk(ə)l] [fuːd]
samples of Stamanut Wholemeal Biscuits (a valuable and most economical food
样品 的 - 全麦 饼干 (一个 有价值的 和 最多 经济 食物
) , [ænd; ənd][ɒv; əv]['aʊə(r)] [ˌɑːftə'nuːn] [tiː] ['bɪskɪts] ,
) , and of our Afternoon Tea Biscuits ,
) , 和 的 我们的 下午 茶 饼干 ,

斯塔马努特全麦饼干（一种营养丰富且经济实惠的食品）和我们的下午茶饼干样品，

[ænd; ənd][ə; eɪ] [gʊd] ['sɑːmp(ə)l][ɒv; əv]['aʊə(r)]['speʃ(ə)l] [peɪl] ['rəʊstɪd] ['kɒfi] .
and a good sample of our Special Pale Roasted Coffee .
和 一个 好的 样本 的 我们的 特别的 苍白 烤 咖啡 .

还有我们特制淡烘焙咖啡的优质样品。

[ðə; ði] [həʊl] [pəʊst] [friː] [fɔː(r); fə(r)] 6d .
The whole post free for 6d .
这 所有的 邮政 自由的 为了 6d .

整篇文章免费，只需6天。

[juː; jʊ] [wɪl] [biː; bi] [dɪ'laɪtɪd] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː][ɔːl] .
You will be delighted with it all .
你 将要 是 高兴极了 和 它 全部 .

你一定会对这一切感到满意。

[raɪt] [tuː; tə] - [deɪ] [tuː; tə][biː] . ['ʃɪrn] & [sʌn] , - , ['tɑːtnəm] [kɔːt] [rəʊd] , ['lʌndən] , ['dʌbljuː] .
Write to - day to B . Shearn & Son , 234 , Tottenham Court Road , London , W .
写 到 - 天 到 B . 希恩 & 儿子 , - , 托特纳姆热刺 法庭 路 , 伦敦 , W .

今天就写信给 B. Shearn & Son，地址是：伦敦托特纳姆法院路 234 号，W.

['menʃ(ə)n] [ðɪs] [bʊk] .
Mention this book .
提到 这 书 .

提到这本书。

[ə; eɪ] ['beɪkəri] [beɪst] [ɒn]['prɪnsəp(ə)l] .
A Bakery based on Principle .
一个 面包店 基于 在 原则 .

一家秉持原则的面包店。

[wen] [səʊ] ['meni] [ˌmænju'fæktʃəd] [fuːdz] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)][ɔː(r)] [les] [ə'dʌltəreɪtɪd] — ['iːv(ə)n] [sʌtʃ]
When so many manufactured foods are more or less adulterated — even such
什么时候 所以 许多 制造 食物 是 更多的 或者 较少的 掺假的 — 甚至 这样的
['evrideɪ] ['ɑːtɪk(ə)lz][æz; əz] [bred] [ænd; ənd] ['bɪskɪts] ['biːɪŋ] [nəʊ] [ɪk'sepʃnz] — [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [gʊd] [njuːz]
everyday articles as Bread and Biscuits being no exceptions — it is good news
每天 文章 作为 面包 和 饼干 存在 不 例外情况 — 它 是 好的 消息
[tuː; tə] [nəʊ] [ðæt] [dɪ'lɪʃəs] ['bɪskɪts] ,
to know that Delicious Biscuits ,
到 知道 那 可口的 饼干 ,

当如此多的加工食品或多或少都掺假时——甚至像面包和饼干这样的日常食品也不例外——得知美味饼干……

[bred] , [keɪks] , & [siː] . , [kæn; kən][biː; bi] [əb'teɪnd] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [ˌɡærən'tiːd] , [ænd; ənd] [pruːvd]
Bread , Cakes , & c . , can be obtained which are guaranteed , and proved
面包 , 蛋糕 , & c . , 能 是 获得 哪个 是 保证 , 和 已证实

[baɪ] ['friːkwənt] [ə'næləsɪs][tuː; tə][biː; bi] ,
by frequent analysis to be ,
经过 频繁 分析 到 是 ,

可以买到面包、蛋糕等，这些产品均有质量保证，并且经过频繁的分析证明其质量可靠。

['æbsəluːtli] [friː] [frɒm; frəm] ['eni] [ɪm'pjʊərəti] [wɒt'evə(r)] .
absolutely free from any impurity whatever .
绝对地 自由的 从 任何 杂质 任何 .

绝对不含任何杂质。

[ðə; ði] [ɡʊdz] [rɪ'fɜːd] [tuː; tə][ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [baɪ]
The goods referred to are made by
这 商品 指 到 是 制成 经过

所提及的商品是由……制造的

[ðə; ði] ['wɒlɪs] [piː] . [ɑː(r)] . [fuːdz] [ˌsiː 'əʊ] . ,
The WALLACE P . R . FOODS Co . ,
这 华莱士 P . 拉 . 食物 合作 . ,

华莱士公关食品公司

[wɪtʃ] [wɒz; wəz] ['faʊndɪd] [ɒn] ['sɜːt(ə)n] ['defɪnət] [ˌsaɪən'tɪfɪk]['prɪnsəp(ə)lz] ,
which was founded on certain definite scientific principles ,
哪个 曾是 创立 在 肯定 定 科学 原则 ,

它是建立在某些明确的科学原理之上的，

[ænd; ənd] [ðəʊz] ['prɪnsəp(ə)lz][ɑː(r); ə(r)] [ˌʌn'swəːviŋli] [ə'plaɪd] [tuː; tə] ['evri] ['diːteɪl][ɒv; əv][ɪts] ['veərid]
and those principles are unswervingly applied to every detail of its varied
和 那些 原则 是 毫不动摇 应用 到 每一个 细节 的 它是 多种多样

[æk'tɪvətiz] .
activities .
活动 .

这些原则坚定不移地应用于其各项活动的每一个细节。

[wɪ'ðɪn] [ɪts] [kliːn] [ænd; ənd]['eəri] ['priːsɪŋkts] [ɑː(r); ə(r)] [ˌmænju'fæktʃəd] [ðə; ði] ['feɪməs] ['bɑːli] [mɔːlt; mɒlt]
Within its clean and airy precincts are manufactured the famous Barley Malt
之内 它是 干净的 和 轻盈的 辖区 是 制造 这 著名的 大麦 麦芽

['bɪskɪts] ([ænd; ənd][sʌm; səm] ['θɜːti] ['ʌðə(r)] [və'raɪətiz]) ,
Biscuits (and some thirty other varieties) ,
饼干 (和 一些 三十 其他 品种) ,

在其干净通风的厂区内生产著名的麦芽大麦饼干（以及其他约三十种品种）。

[rɪtʃ] [ænd; ənd] ['həʊlsəm] [keɪks] , [eə(r)] - [reɪzd] [bred] , [pjʊə(r)] [prɪ'zɜːvz] , [ə; eɪ] ['speʃəli]
rich and wholesome Cakes , air - raised Bread , pure Preserves , a specially
富有的 和 健康 蛋糕 , 空气 - 提高 面包 , 纯的 果酱 , 一个 特别

[prɪ'peəd] ['bɑːli] [mɔːlt; mɒlt] [miːl] ,
prepared Barley Malt Meal ,
准备 大麦 麦芽 一顿饭 ,

营养丰富的蛋糕、发酵面包、纯正的果酱、特制的麦芽粉

[peɪl] ['rəʊstɪd] ['kɒfi] , [ænd; ənd]['stæmɪnə] [fuːd] — [ðɪs] [lɑːst] ['biːɪŋ] [ðə; ði][best] - ['bælənst] [fuːd]
Pale Roasted Coffee , and Stamina Food — this last being the best - balanced food
苍白 烤 咖啡 , 和 耐力 食物 — 这 最后的 存在 这 最好的 - 均衡 食物

[fɔː(r); fə(r)] ['ɪnfənts] [ænd; ənd]['ɪnvəlɪd； ɪn'vælɪd] [jet] [prə'djuːst] .
for Infants and Invalids yet produced .
为了 婴儿 和 无效 然而 生产 .

淡烘焙咖啡和耐力食品——后者是迄今为止为婴幼儿和残疾人生产的最均衡的食品。

[ɪn][ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ɒv; əv] [ði:z] [fu:dz] ['əʊnli][ðə; ði] ['veri] ['tʃɔɪsɪst] [ɪn'gri:diənts] [ɑ:(r); ə(r)] [ɪm'plɔɪd] ;
In the making of these foods only the very choicest ingredients are employed ;
在 这 制作 的 这些 食物 仅有的 这 非常 精选 原料 是 受雇 ;

制作这些食品只选用最上等的食材；

[ðə; ði]['əʊnli]['flaʊə(r)] [ju:st] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] [faɪn] ['həʊlmi:l] ;
the only flour used is a very fine wholemeal ;
这 仅有的 面粉 用过的 是 一个 非常 美好的 全麦 ;

只使用一种非常精细的全麦面粉；

[ðə; ði]['bʌtə(r)][ænd; ənd][mɪlk][ɑ:(r); ə(r)] ['sterəlaɪz] [ænd; ənd][ðə; ði]['wɔ:tə(r)] [dɪ'stɪld] , [waɪl] [ɔ:l] [sʌtʃ] [ɪm'pjʊrəti] [æz; əz] [ji:st] ,
the butter and milk are sterilised and the water distilled , while all such impurities as Yeast ,
这 黄油 和 牛奶 是 已灭菌 和 这 水 蒸馏 , 尽管 全部 这样的 杂质 作为 酵母 ,

黄油和牛奶经过消毒，水经过蒸馏，同时去除酵母等所有杂质。

['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] , [ænd; ənd] ['kemɪk(ə)lz] [ɑ:(r); ə(r)] ['strɪktli] [ə'vɔɪdɪd] .
Baking Powder , and Chemicals are strictly avoided .
烘烤 粉末 , 和 化学品 是 严格 避免 .

严格避免使用泡打粉和化学品。

[ðə; ði] [ɪk'spɪəriəns] [ɒv; əv] [θ'aʊzəndz] [pru:vz] [ðæt] [ðə; ði] ['deɪli] [ju:z][ɒv; əv] " - " ([redʒ] .)
The experience of thousands proves that the daily use of " Wallaceite " (reg .)
这 经验 的 数千 证明 那 这 日常的 使用 的 " - " (reg .)

成千上万人的经验证明，日常使用"华莱士石"(注册商标)

[pi:] . [ɑ:(r)] . [fu:dz] [ɪz][ə; eɪ]['verɪtəb(ə)l] ['haɪweɪ] [tu:; tə] [helθ] .
P . R . Foods is a veritable highway to health .
P . 拉 . 食物 是 一个 真正的 公路 到 健康 .

PR Foods 真可谓是通往健康的捷径。

[ðeɪ] [bɪld] [ʌp][ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] [ki:p] [ˌaɪ 'ti:][ɪn] ['wɜ:kɪŋ] ['ɔ:də(r)][æz; əz][du:; də][nəʊ]['ʌðə(r)] [fu:dz] .
They build up the body and keep it in working order as do no other foods .
他们 建造 向上 这 身体 和 保持 它 在 在职的 命令 作为 做 不 其他 食物 .

它们能强健体魄，维持身体正常运转，这是其他食物所无法做到的。

[ðeɪ] [kæn; kən][bi:; bi] [əb'teɪnd] [frɒm; frəm][ɔ:l] [helθ] [fu:d] [stɔ:z] .
They can be obtained from all Health Food Stores .
他们 能 是 获得 从 全部 健康 食物 商店 .

所有保健食品商店均有售。

- ['sæmpl] [ɒv; əv] [dɪ'lɪʃəs] [bred] , [keɪks] , [ænd; ənd] ['bɪskɪts] , ['kærɪdʒ] [peɪd] , [wʌn] / [sɪks]
30 Samples of Delicious Bread , Cakes , and Biscuits , Carriage Paid , 1 / 6
- 样品 的 可口的 面包 , 蛋糕 , 和 饼干 , 运输 有薪酬的 , 1 / 6

30份美味面包、蛋糕和饼干样品，包邮，1/6

[ɔ:(r)][bɒks][ɒv; əv]['lɑ:dʒə(r)] ['sæmpl] , [ˌtu:'tu:] / [sɪks] .
or Box of Larger Samples , 2 / 6 .
或者 盒子 的 更大的 样品 , 2 / 6 .

或大包装样品盒，2/6。

['ɪntrəstɪŋ] [ɪk'splænət(ə)ri]['lɪtrətʃə(r); 'lɪtərətʃə] [fri:] .
Interesting explanatory literature Free .
有趣的 解释性 文学 自由的 .

有趣的解释性文献，免费。

[ðə; ði] ['wɒlɪs] [piː] . [ɑː(r)] . [fuːdz] [ˌsiː 'əʊ] . ,
THE WALLACE P . R . FOODS CO . ,
这 华莱士 P . 拉 . 食物 一氧化碳 . ,

华莱士公关食品公司

- , ['bætəsi] [pɑːk] [rəʊd] , ['lʌndən] , [es] . ['dʌbljuː] .
465 , Battersea Park Road , London , S . W .
- , 巴特西 公园 路 , 伦敦 , S . W .

伦敦西南区巴特西公园路465号

[ðə; ði]['əʊpən] [rəʊd]
The Open Road
这 打开 路

开放之路

[æn; ən] [ˌʌnkən'venʃən(ə)l] [ˌmægə'ziːn] [kən'sɜːnd] [wɪð] [rɪ'lɪdʒən] , [saɪ'kɒlədʒi] , [ˌsəʊsi'ɒlədʒi] , ['daɪət] ,
An unconventional Magazine concerned with Religion , Psychology , Sociology , Diet ,
一个 非传统 杂志 担心的 和 宗教 , 心理学 , 社会学 , 饮食 ,
[ænd; ənd] ['haɪdʒiːn] .
and Hygiene .
和 卫生 .

一本关注宗教、心理学、社会学、饮食和卫生的非传统杂志。

['edɪtɪd] [baɪ]
EDITED BY
编辑 经过

编辑

['flɒrəns] & [siː] . ['dʌbljuː] . ['dænjəl] .
Florence & C . W . Daniel .
佛罗伦萨 & C . W . 丹尼尔 .

弗洛伦斯和CW丹尼尔。

[praɪs] 3d .
Price 3d .
价格 3d .

价格 3d。

['mʌnθli] ; ['pəʊstɪdʒ] 1d .
monthly ; postage 1d .
月度 ; 邮资 1d .

每月；邮资 1 便士。

['jɪəli] [θriː] / - [pəʊst] [friː] .
Yearly 3 / - post free .
每年 3 / - 邮政 自由的 .

每年3/-邮资免费。

[lʌv] : ['seɪkrɪd][ænd; ənd] [prə'feɪn]
Love : Sacred and Profane
爱 : 神圣 和 亵渎

爱：神圣与世俗

[baɪ][ef] . [iː] . ['wɔrlənd] .
By F . E . Worland .
经过 F . E . 沃兰德 .

作者：FE Worland。

[ə; eɪ] [rɪ'mɑːkəb(ə)l] [ænd; ənd] [ə'rɪdʒən(ə)l] [wɜːk] ['diːlɪŋ] [wɪð] [ðə; ði] ['sʌbdʒɪkt] [ɒv; əv] [lʌv] [ɪn] [ɔːl] [ɪts] ['æspekts] .
A remarkable and original work dealing with the subject of love in all its aspects .
一个 卓越 和 原来的 工作 处理 和 这 主题 的 爱 在 全部 它是 方面 .

这是一部杰出而独具创意的作品，探讨了爱情的方方面面。

[ɔːl] ['ɪntrəstɪd] [ɪn] [ðə; ði] [sɪn'θetɪk] ['triːtmənt] [ɒv; əv] [rɪ'lɪdʒən] , [ðə; ði] ['səʊʃ(ə)l] ['kwestʃən] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [seks] ['kwestʃən] ,
All interested in the synthetic treatment of Religion , the Social Question , and the Sex Question ,
全部 感兴趣的 在 这 合成的 治疗 的 宗教 , 这 社会的 问题 , 和 这 性别 问题 ,

所有对宗教、社会问题和性问题的综合处理感兴趣的人，

[ʃʊd; ʃəd] [riːd] [ðɪs] [bʊk] .
should read this book .
应该 读 这 书 .

应该读读这本书。

['fuːlskæp] 8vo .
Foolscap 8vo .
活页纸 8vo .

8开本。

[klɒθ] , [gɪlt] ['lɛtəz] , [θriː] / [sɪks] [net] .
Cloth , gilt letters , 3 / 6 net .
布 , 镀金 信件 , 3 / 6 网 .

布料，烫金字母，3/6 净重。

['lʌndən] : [siː] . ['dʌbljuː] . ['dænjəl] , - ['kɜːrsɪtər] [striːt] , [iː] . [siː] .
London : C . W . DANIEL , 11 Cursitor Street , E . C .
伦敦 : C . W . 丹尼尔 , - 巡视员 街道 , E . C .

伦敦：CW DANIEL，Cursitor 街 11 号，EC

[haʊ] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [bɔːn] .
HOW WE ARE BORN .
如何 我们 是 出生 .

我们是如何出生的。

[ə; eɪ] ['letə(r)] [tuː; tə] ['peərənts] [fɔː(r); fə(r)] [ðeə(r)] ['tʃɪldrən] ,
A Letter to Parents for their children ,
一个 信 到 父母 为了 他们的 孩子们 ,

写给孩子的父母的一封信

['setɪŋ] [fɔːθ] [ɪn] ['sɪmp(ə)l] ['læŋgwɪdʒ] [ðə; ði] [truːθ] [ə'baʊt] [ðə; ði] [fækts] [ɒv; əv] [seks] .
setting forth in simple language the truth about the facts of sex .
环境 前进 在 简单的 语言 这 真相 关于 这 事实 的 性别 .

用简单的语言阐述有关性的真相。

[baɪ] ['mɪsɪz] . [en] . [dʒeɪ] . , [wɪð] ['prefəs] [baɪ] [dʒeɪ] . [eɪtʃ] . ['bæd.li] , [ˌhed'mɑːstə(r)] [ɒv; əv] ['biːdeɪlz] [skuːl] .
By Mrs . N . J . , with Preface by J . H . Badley , Headmaster of Bedales School .
经过 太太 . N . J . , 和 前言 经过 J . H . 巴德利 , 校长 的 贝达莱斯 学校 .

NJ夫人著，贝达莱斯学校校长JH Badley作序。

[klɒθ] .
Cloth .
布 .

布。

2s .
2s .
2s .

2秒。

[net] .
net .
网 .

网。

['pəʊstɪdʒ] 3d .
Postage 3d .
邮资 3d .

邮资 3d。

" [ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi][ɪm'pɒsəb(ə)l][tuː; tə] [neɪm] ['eni] ['sʌbdʒɪkt][ɒv; əv] [sʌtʃ] ['dʒen(ə)rəl] [ɪm'pɔːt(ə)ns]
" It would be impossible to name any subject of such general importance
" 它 会 是 不可能的 到 姓名 任何 主题 的 这样的 一般的 重要性
[ænd; ənd] ['ɪntrəst] [ɒn] [wɪtʃ] [səʊ]['lɪt(ə)l][hæz; həz] [biːn] [sed] .
and interest on which so little has been said .
和 兴趣 在 哪个 所以 小的 有 到过 说 .

"很难找到一个像它这样具有普遍重要性和趣味性的话题，却很少有人谈论它。"

" ['kænən] ['lɪtəltən] , [ˌhed'mɑːstə(r)][ɒv; əv] ['iːtn] .
" Canon Lyttleton , Headmaster of Eton .
" 佳能 利特尔顿 , 校长 的 伊顿公学 .

"利特尔顿教士，伊顿公学校长。"

[kri'eɪtɪv] [laɪf] ['buklits] .
CREATIVE LIFE BOOKLETS .
有创造力的 生活 小册子 .

创意生活手册。

[ə; eɪ]['sɪəriːz][ɒv; əv] ['præktɪkl] [tɔːks] [tuː; tə] [jʌŋ] [men][ænd; ənd]['peərənts] .
A series of practical talks to young men and parents .
一个 系列 的 实际的 会谈 到 年轻的 男人 和 父母 .

一系列面向青年男性及其家长的实用讲座。

[baɪ]['lɪstə(r)] ['gɪbənz] , [em] . [diː] . ['fuːlskæp] 8vo .
By Lister Gibbons , M . D . Foolscap 8vo .
经过 利斯特 长臂猿 , M . D . 活页纸 8vo .

作者：Lister Gibbons，医学博士，Foolscap 8vo。

[klɒθ] .
Cloth .
布 .

布。

1s .
1s .
1s .

1秒。

[net] [iːtʃ] .
net each .
网 每个 .

每人净值。

[naʊ] ['redi] .
NOW READY .
现在 准备好 .

现在可以了。

[nəʊ] . [wʌn] .
NO . 1 .
不 . 1 .

第一名。

[wɒt] [meɪks] [ə; eɪ] [mæn] [ɒv; əv] [ˌem ˈiː] .
WHAT MAKES A MAN OF ME .
什么 制作 一个 男人 的 我 .

是什么造就了我这个男人。

([ɪn] [ˌprepəˈreɪʃ(ə)n] .)
(In Preparation .)
(在 准备 .)

（准备中。）

[nəʊ] . [ˌtuːˈtuː] .
NO . 2 .
不 . 2 .

2号。

[ðə; ði] [ˈbɒdi] [ænd; ənd] [ɪts] [keə(r)] .
THE BODY AND ITS CARE .
这 身体 和 它是 关心 .

身体及其护理。

[nəʊ] . [θriː] .
NO . 3 .
不 . 3 .

3号。

[ðə; ði] [maɪnd] [ænd; ənd] [ɪts] [ɪˈfekt] [əˈpɒn] [ðə; ði] [ˈbɒdi] .
THE MIND AND ITS EFFECT UPON THE BODY .
这 头脑 和 它是 影响 之上 这 身体 .

心灵及其对身体的影响。

[nəʊ] . [fɔːr] .
NO . 4 .
不 . 4 .

4号。

[haʊ] [tuː; tə] [kənˈsɜːv] [maɪ] [streŋθ] .
HOW TO CONSERVE MY STRENGTH .
如何 到 养护 我的 力量 .

如何保存体力。

[nəʊ] . [faɪv] .
NO . 5 .
不 . 5 .

第五号

[ˈtʃæstəti] [ænd; ənd] [ˈmærɪdʒ] .
CHASTITY AND MARRIAGE .
贞洁 和 婚姻 .

贞洁与婚姻。

[nəʊ] . [sɪks] .
NO . 6 .
不 . 6 .

6号。

[mæn] [ænd; ənd] [hɪz; ɪz] [ˈpaʊə(r)] .
MAN AND HIS POWER .
男人 和 他的 力量 .

人与他的力量。

['lʌndən] : [siː] . ['dʌbljuː] . ['dænjəl] , - ['kɜːrsɪtər] [ˌes 'tiː] . , [iː] . [siː] .
LONDON : C . W . DANIEL , 11 Cursitor St . , E . C .
伦敦 : C . W . 丹尼尔 , - 巡视员 英石 . , E . C .

伦敦：CW DANIEL，地址：11 Cursitor St., EC

[ðə; ði] [wɜːks] [ɒv; əv] ['meəri] ['evərɪst] ['bul] .
The Works of Mary Everest Boole .
这 作品 的 玛丽 珠穆朗玛峰 布尔 .

玛丽·埃弗勒斯·布尔的作品。

['lɒdʒɪk] [tɔːt] [baɪ] [lʌv] .
LOGIC TAUGHT BY LOVE .
逻辑 教授 经过 爱 .

逻辑源于爱。

['rɪðəm] [ɪn] ['neɪtʃə(r)] [ænd; ənd] [ɪn] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] .
Rhythm in Nature and in Education .
韵律 在 自然 和 在 教育 .

自然与教育中的节奏。

[kraʊn] 8vo . ,
Crown 8vo . ,
王冠 8vo . ,

Crown 8vo.

[klɒθ] , [θriː] / [sɪks] [net] .
Cloth , 3 / 6 net .
布 , 3 / 6 网 .

布料，3/6 网眼。

[ˌmæθə'mætɪk(ə)l] [saɪ'kɒlədʒi] [ɒv; əv] [grætri] [ænd; ənd] ['bul] .
MATHEMATICAL PSYCHOLOGY OF GRATRY AND BOOLE .
数学 心理学 的 格拉特里 和 布尔 .

格拉特里和布尔的数学心理学。

[fɔː(r); fə(r)] ['medɪk(ə)l] ['stjʊdnts] ,
For Medical Students ,
为了 医疗的 学生 ,

对于医学生而言，

['ʃəʊɪŋ] [ðə; ði] [lait] [θrəʊn] [ɒn] [ðə; ði] ['neɪtʃə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['hjuːmən] [breɪn] [baɪ] [ðə; ði] [ˌiːvə'luːʃ(ə)n]
showing the light thrown on the nature of the human brain by the evolution
显示 这 光 抛掷 在 这 自然 的 这 人类 脑 经过 这 进化
[ɒv; əv] [ðə; ði] [ˌmæθə'mætɪk(ə)l] ['prəʊses] .
of the mathematical process .
的 这 数学 过程 .

展现了数学过程的演进如何揭示人脑的本质。

[kraʊn] 8vo . ,
Crown 8vo . ,
王冠 8vo . ,

Crown 8vo.

[klɒθ] , [θriː] / [sɪks] [net] .
Cloth , 3 / 6 net .
布 , 3 / 6 网 .

布料，3/6 网眼。

[buːlz] [saɪ'kɒlədʒi]
BOOLE'S PSYCHOLOGY
布尔定律 心理学

布尔心理学

[æz; əz][ə; eɪ]['fæktə(r)][ɪn][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] .
As a Factor in Education .
作为 一个 因素 在 教育 .

作为教育中的一个因素。

[kraʊn] 8vo . , 6d .
Crown 8vo . , 6d .
王冠 8vo . , 6d .

皇冠 8 开本，6 便士。

[net] .
net .
网 .

网。

['mɪsltəʊ; 'mɪzltəʊ][ænd; ənd] ['ɒlɪv] .
MISTLETOE AND OLIVE .
槲寄生 和 橄榄 .

槲寄生和橄榄。

[æn; ən] [ˌɪntrə'dʌkʃn] [fɔː(r); fə(r)] ['tʃɪldrən] [tuː; tə][ðə; ði] [laɪf] [ɒv; əv][ˌrevə'leɪʃ(ə)n] .
An introduction for Children to the Life of Revelation .
一个 介绍 为了 孩子们 到 这 生活 的 启示 .

儿童版《启示录》入门读物。

['rɔɪəl] 16mo . ,
Royal 16mo . ,
皇家 16mo . ,

皇家16个月

[klɒθ] , [wʌn] / [sɪks] [net] .
Cloth , 1 / 6 net .
布 , 1 / 6 网 .

布料，1/6网。

[mɪs] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] [ænd; ənd] [hɜː(r); hə(r)] ['gɑːd(ə)n] .
MISS EDUCATION AND HER GARDEN .
错过 教育 和 她 花园 .

教育小姐和她的花园。

[ə; eɪ][ˌpænə'ræmɪk] [vjuː] [ɒv; əv][ðə; ði] [greɪt] [ˌedʒu'keɪʃən(ə)l] ['blʌndəz] [ɒv; əv][ðə; ði][lɑːst][hɑːf] ['sentʃəri] .
A Panoramic View of the great Educational Blunders of the last half century .
一个 全景 看法 的 这 伟大的 教育 失误 的 这 最后的 一半 世纪 .

纵览过去半个世纪以来教育领域的重大失误。

['rɔɪəl] 16mo . , 6d .
Royal 16mo . , 6d .
皇家 16mo . , 6d .

皇家 16 个月，6 天。

[net] .
net .
网 .

网。

['redi] [ɒk'təʊbə(r)] , - .
Ready October , 1908 .
准备好 十月 , - .

1908年10月完成。

[ðə; ði] ['mesɪdʒ] [ɒv; əv] ['saɪkɪk] ['saɪəns] [tuː; tə] ['mʌðəz] & ['nɜːsɪz] .
THE MESSAGE OF PSYCHIC SCIENCE TO MOTHERS & NURSES .
这 信息 的 精神 科学 到 母亲们 & 护士 .

心灵科学给母亲和护士的信息。

[kraʊn] 8vo . , [klɒθ] , [θriː] / [sɪks] [net] .
Crown 8vo . , Cloth , 3 / 6 net .
王冠 8vo . , 布 , 3 / 6 网 .

Crown 8vo.，布面精装，3/6 净重。

['lʌndən] : [siː] . ['dʌbljuː] . ['dænjəl] , - ['kɜːrsɪtər] [striːt] , [iː] . [siː] .
London : C . W . DANIEL , 11 Cursitor Street , E . C .
伦敦 : C . W . 丹尼尔 , - 巡视员 街道 , E . C .

伦敦：CW DANIEL，Cursitor 街 11 号，EC

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。


听书破万卷
开口如有神